Gymn. 37m

Jahn

<366019255800 14

<366019255800 14

Bayer. Staatsbibliothek

R.

Gymnast.

Jahn.

Die

Deutsche Turnkunst

zur

Einrichtung der Turnplätze

dargestellt von

Friedrich Ludwig Jahn

und

Ernst Eiselen.

Mit zwei Kupferplatten.

Berlin 1816.

Auf Kosten des Herausgebers.

Preis 1 Thaler.

Einleitung der Zurückgabe

Gar leichtlich verlieren sich die Künst', aber schwerlich und durch lange Zeit werden sie wieder erfunden.

Albrecht Dürer.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Vorbericht.

Wie so viele Dinge in der Welt hat auch die Deutsche Turnkunst einen kleinen unmerklichen Anfang gehabt. Ich wanderte gegen das Ende des Jahrs 1809 nach Berlin, um den Einzug des Königs zu sehen. Bei dieser Feier ging mir ein Hoffnungsstern auf, und nach langen Irrjahren und Irrfahrten wurde ich hier heimisch. Liebe zum Vaterlande und eigene Neigung machten mich wieder zum Jugendlehrer, was ich schon so oft gewesen. Zugleich ließ ich mein „Deutsches Volksthum“ drucken.

In schöner Frühlingszeit des Jahrs 1810 gingen an den schulfreien Nachmittagen der Mittwochen und Sonnabende erst einige Schüler mit mir in Feld und Wald, und dann immer mehr und mehr. Die Zahl wuchs, und es wurden Jugendspiele und einfache Übungen vorgenommen. So ging es fort bis zu den Hunds-

tagen,

tagen, wo eine Unzahl von Knaben zusammenkam, die sich aber bald nachher verlief. Doch sonderte sich ein Kern aus, der auch im Winter als Stamm zusammenhielt, und mit dem dann im Frühjahr 1811 der erste Turnplatz in der Hasenheide eröffnet wurde.

Jetzt wurden im Freien, öffentlich und vor jedermanns Augen von Knaben und Jünglingen mancherlei Leibesübungen unter dem Namen Turnkunst in Gesellschaft getrieben. Damals kamen die Benennungen Turnkunst, turnen, Turner, Turnplatz und ähnliche mit einander zugleich auf.

Das gab nun bald ein gewaltig Gelaufe, Geschwatz und Geschreibe. Selbst durch Tranzösische Tagblätter mußte die Sache Gassen lanfen. Aber auch hier zu Lande hieß es anfangs: „Eine neue Narrheit, die alte Deutschheit wieder aufbringen wollen.“ Dabei blieb es nicht. Vorurtheile wie Sand am Meer wurden von Zeit zu Zeit ruchtbar. Sie haben bekanntlich niemals vernünftigen Grund, mithin wäre es lächerlich gewesen, da mit Worten zu widerlegen, wo das Werk deutlicher sprach.

Im Winter wurde nachgelesen, was über die Turnkunst habhaft zu werden. Dankbar denken wir noch an unsere Vorarbeiter Vieth und Gutsmuths. Die Größern und Heran=gereiften, vom Turnwesen besonders Ergriffenen, unter denen auch mein jetziger Gehülfe und Mitlehrer Ernst Eiselen war, übten sich dabei recht tüchtig und konnten im nächsten Sommer als Vorturner auftreten. Von denen, die sich damals ganz besonders auf das Schwingen legten, es nachher kunstrecht nach Folge und Folgerung ausbilden halfen und selbst große Meister darin wurden, sind zwei Pischon und Zenker am 13ten Sept. 1813 bei der Göhrde gefallen.

Im Sommer 1812 wurden zugleich mit dem Turnplatz die Turnübungen erweitert. Sie gestalteten sich von Turntag zu Turntag vielfa=cher, und wurden unter freudigem Tummeln im jugendlichen Wettstreben auf geselligem Wege gemeinschaftlich ausgebildet. Es ist nicht mehr genau auszumitteln, wer dies und wer das zuerst entdeckt, erfunden, ersonnen, versucht, erprobt und vorgemacht. Von Anfang an zeugte die Turn=

kunst einen großen Gemeingeist und vaterländischen Sinn, Beharrlichkeit und Selbstverläugnung. Alle und jede Erweiterung und Entwickelung galt gleich als Gemeingut. So ist es noch. Kunstneid, das lächerliche Laster der Selbsucht, des Elends und der Verzweifelung, kann keinen Turner behaften. August Thaer, der jüngste Bruder von einem Turnerdrei, brachte damals am Reck bereits sechzig Aufschwünge einerlei Art zu Stande, die in der Folge noch auf hundert und zwei dreißig gestiegen sind (Siehe Seite 87). Als Thaer während des Krieges einen im Felde erkrankten Bruder pflegte, raffte ihn 1814 die nämliche Seuche weg, von der sein Bruder genas. Zuvor hatte er noch von Mögelin aus zur Einrichtung eines Turnplatzes zu Wriezen an der Oder mit Rath und That geholfen.

Nach Beendigung des Sommerturnens von 1812, bildete sich zur wissenschaftlichen Erforschung und kunstrechten Begründung des Turnwesens aus den Turnfertigsten und Allgemeingebildetsten eine Art Turnkünstler-Verein. Er bestand jenen ganzen Winter hindurch, in dem die Franzosen

auf

auf der Flucht von Moskau erfroren. In diesen Zusammenkünften verwaltete das Ordneramt auf meinen Wunsch und Willen Friedrich Friesen aus Magdeburg, der sich besonders auf Bauwesen, Naturkunde, schöne Künste und Erziehungslehre gelegt hatte, bei Fichte ein fleißiger Zuhörer gewesen, und bei Hagen in der Altdeutschen Sprache; vor allem aber wußte, was dem Vaterlande Noth that. Damals stand er bei der Lehr- und Erziehungs-Anstalt des Dr. Plamann, die, obwohl wenig beachtet, dem Vaterlande vortreffliche Lehrer ausgebildet. Friesen war ein aufblühender Mann in Jugendfülle und Jugendschöne an Leib und Seele ohne Fehl, voll Unschuld und Weisheit, beredt wie ein Seher; eine Siegfriedsgestalt, von großen Gaben und Gnaden, den Jung und Alt gleich lieb hatte; ein Meister des Schwerts auf Hieb und Stoß, kurz, rasch, fest, fein, gewaltig, und nicht zu ermüden, wenn seine Hand erst das Eisen faßte; ein kühner Schwimmer, dem kein Deutscher Strom zu breit und zu reißend; ein reisiger Reuter in allen Sätteln gerecht; ein Sinner in der Turnkunst, die ihm viel verdankt.

Ihm war nicht beschieden ins freie Vaterland heimzukehren, an dem seine Seele hielt. Von wälscher Tücke fiel er bei düsterer Winternacht durch Meuchelschuß in den Ardennen. Ihn hätte auch im Kampf keines Sterblichen Klinge gefället. Keinem zu Liebe und keinem zu Leide —: Aber wie Scharnhorst unter den Alten, ist Friesen von der Jugend der Größeste aller Gebliebenen.

Beim Aufruf des Königs vom 3ten Februar 1813, zogen alle wehrhafte Turner ins Feld, und die Sache stand augenblicklich wie verwaiset. Nach langem Zureden gelang es mir in Breslau einen meiner ältesten Schüler Ernst Eiselen zu gewinnen, daß er während des Krieges an meiner Statt das Turnwesen fortführen wollte. Es war ihm dennoch ein harter Kampf heim zu bleiben, ob gleich Ärzte und Kriegsmänner ihm vorstellten, und eigene Erfahrung es täglich bewahrheitete, daß wegen einer frühern langwierigen Krankheit und verfehlter Heilart seine Leibesbeschaffenheit den Beschwerden des Krieges unterliegen müßte. Ich begleitete Eiselen selbst von Breslau nach Berlin, zur

Zeit

Zeit, als sich das Preußische Heer in Marsch setzte, und die Hauptstadt schon von den Franzosen geräumt war; stellte ihn den ersten Behörden und Schulvorstehern vor, die ihm alle Unterstützung versprachen, und auch nachher Zutrauen bewiesen haben. Eiselen hat darauf in den Sommern von 1813 und 1814 und in dem Zwischenwinter der Turnanstalt vorgestanden und mit den jüngern Nichtwehrhaften das Turnwesen weiter gefördert.

Am Ende des Heumonds 1814 kam ich wieder zurück nach Berlin, und nun wurde den Spätsommer und Vorwinter sehr ernstlich an der Verbesserung des Turnplatzes gearbeitet. Noch im Herbst bekam er einen 60 Fuß hohen Kletterthurm, nützlich und nothwendig zum Steigen, unentbehrlich aber im flachen Lande zur Übung des Auges für die Fernsicht. Im Winter, als die Freiwilligen heimgekehrt und manche Turner zurückgekommen waren, wurden die gesellschaftlichen Unterhaltungen über die Turnkunst erneuert. Die ganze Sommerübung wurde durchdacht und durchsprochen, und so in Reden und Gegenreden die Sache klar gemacht.

Bei Napoleons Ausbruch und Wiederkunft gingen alle wehrhafte Turner abermals freiwillig zu Feld, und nur zwei, so schon die Feldzüge 1813 und 1814 mitgemacht hatten, blieben wegen Nachwehen zurück. Es mußten nun die jüngeren Heimbleibenden mit frischer Kraft wieder an das Werk gehn. Auch im Frühjahr und Sommer 1815 erhielt der Turnplatz noch wieder wesentliche Verbesserungen und Erweiterungen, einen verschließbaren Schuppen, Kletterrechen und Vierbaum.

Im Herbst und Vorwinter wurde das Turnwesen noch ein Mal ein Gegenstand gesellschaftlicher Untersuchung. Nachdem die Sache in einem Turnrathe reiflich erwogen und durchprüft, Meinungen verglichen, Erfahrungen vernommen und Urtheile berichtiget worden — begann man aus allen frühern und spätern Ausarbeitungen und einzelnen Bruchstücken und Beiträgen ein Ganzes zu machen, was dann zuletzt durch meine Feder gegangen.

Wenn auch zuerst nur Einer als Bauherr den Plan entworfen, so haben doch Meister, Gesellen, Lehrlinge und Handlanger treu und red-

redlich gearbeitet und das Ihrige mit Blick und Schick beigetragen. Das ist nicht ins Einzelne zu verzetteln. Auch soll man nicht unheiliger Weise Lebende ins Gesicht loben.

So ist die kurze Geschichte, wie Werk, Wort und Buch entstanden. Vollendet und vollkommen kann keins von allen dreien sein; aber zum Erkennen des Musterbildes mag das Buch hinwürken. Darum wird das Aufgestellte nur dargebracht, um dem Vaterlande Rechenschaft zu geben, in welchem Sein und Sinn unser Thun und Treiben waltet.

Dies gerade wollten viele Erzieher und Schullehrer, Freunde der Jugend und Biedermänner gern erfahren, die wohl wissen, was dem Vaterlande gebricht. Auch unsere sonstigen durch alle Stände der bürgerlichen Gesellschaft verbreiteten Schüler begehrten Nachricht vom gegenwärtigen Zustand der Sachen. Von allen Seiten kamen wiederholte Anfragen und Wünsche um ein Turnbuch. Schriftlich haben wir ausgeholfen, so gut es anging und so viel wir nur konnten. Wir hatten bis über den Rhein und die Weichsel einen lebhaften Briefwech-

wechsel zu führen. Den dritten Abschnitt dieses Buchs haben wir auszugsweise jedem in Abschrift geschickt, der sich an uns wandte. Bei der steigenden Ausbreitung des Turnwesens, bei der Weiterbildung der Kunst konnte so die Sache auf die Länge nicht gehen. Wir konnten unmöglich gleichgültig bleiben, daß die mühsam wiederentdeckte und erweckte Deutsche Turnkunst durch Halbwisserei, Halbschreiberei und Halbthuerei Schaden nehmen sollte. Von bloßem Hörensagen und Zuschauen kann einer über die Turnkunst nur wie der Blinde über die Farbe schreiben. Man ist es der heiligen Sache der Jugend und des Vaterlandes schuldig zu verhüten, daß sie kein Gegenstand eitler Buchmacherei und buchkrämerischer Erwerbsucht werde. Deshalb ist dies Buch auf eigene Kosten herausgegeben, und der Preis so niedrig gesetzt; auf damit etwas verdienen wollen — ist nicht gerechnet.

Es ist aber noch lange nicht Alles abgehandelt, was zur Turnkunst gehört — nur die ersten und wesentlichen Vor- Grund- und Hauptübungen sind aufgestellt, und hoffentlich so umständ-

ständlich und deutlich beschrieben, daß sie auch einem gar nicht mit der Sache Bekannten dieselbe klar machen können. Die spätern und schwerern Übungen, so man erst bei größerer Fertigkeit erlernen kann, sind kürzer ans einander gesetzt, so wie die kleinen Abänderungen nur angedeutet — weil sie für den Anfang entbehrlich sind. Wer die ersten Übungen fertig kann und genau kennt, wird auch diese Beschreibung verstehen. Eigenes Anschaun ist viel werth, und macht das Wort lebendig. Es sollte sich also keiner Geld und Zeit reuen lassen — wenigstens auf einige Zeit einen Turnplatz zu besuchen. Lehre und Leben, Wissen und Werken sollten zwar immer vereint sein; aber hier lassen sie sich gar nicht trennen.

Auf ein größeres Werk über die Turnkunst müssen wir für jetzt Fechten, Schwimmen, Reiten, Tanzen, die Kriegsübungen für die Jugend, Kopfübern oder Luftspringen und Schlittschuhlaufen versparen.

Das Fechten ist eine wesentliche Hauptübung, und zur vollständigen Turnbildung

ganz

ganz unentbehrlich. Dazu muß es nach Deutscher Art auf Hieb und Stoß, und beides links und rechts getrieben werden. Es schickt sich nicht recht für Turnplätze, wohl aber für Turnhäuser und -Säle. Bei der Berliner Turnanstalt wird es besonders als Winterübung an den gewöhnlichen Turnnachmittagen vorgenommen, im Sommer aber von 6 bis 8 Uhr des Morgens — auf einem dazu eigens gemietheten Sale. Hier wird das Schwingen immer des Abends getrieben, weil es eher bei Licht geschehen kann, und frühmorgens zu sehr ermüden und für den Tag abmatten würde.

Die Lehrart und Kunstsprache der Fechtkunst liegt sehr im Argen. Es hat der Kunst als solcher geschadet, daß sie als Selbsthülfe und Kampfschirm ausschließlich betrachtet worden. So hat sich jeder besondere Kampfbrauch in die Kunst gemischt. Dadurch daß der Altdeutsche Kampfwart erst ein Mitmann, und zuletzt ein Beiständner und lebendiger Schildhalter geworden; durch Stichblätter wie Suppenteller, durch Sturmhüte, Riesenstulpen, Schlag-

Schlaghosen und Stiefeln wie Löscheimer ist sie auf den hohen Schulen sehr ausgeartet.

Schwimmen darf man nicht an den Turntagen mit den andern Turnübungen zugleich treiben. Bei dieser Übung muß der Staat eintreten, weil sie Sicherheitsanstalten erfordert. Fischer, Fährleute, Flußschiffer kann er wohl zwingen, daß sie schwimmen lernen. Aber sie mögen es aus Faulheit nicht üben, die sie noch dazu mit Dummheit beschönigen: „Wenn man dann ins Wasser fällt, muß man zu lange ampeln, ehe man ertrinkt.“ Könnten die Fischer noch schwimmen, so wären auch die Fischerstechen nicht fast gänzlich abgekommen. Würden alle Sommer Schwimmlehrer (wozu die Halloren in Halle vortrefflich wären) durchs Land vertheilt, so würden die Unglückslisten nichts von Ertrunkenen melden, auch würden nicht so viele Menschen in der Blüthe der Jahre an scheuslichen Krankheiten durch Nichtbaden sterben. Ein Nichtschwimmer hat immer die Wasserscheu, und geht aus Angst mit dem Schmutz der Haut, den er im Leben auffammelt, jämmerlich zu Grabe.

Reiten sollten alle schwingfertigen Turner nach dem 16ten oder 17ten Jahre erlernen können. Dazu kann aber nur der Staat helfen. In zarter Kindheit, und früher Jugend ist das Reiten schädlich für Wachsthum, Gesundheit und Sittlichkeit. Ein Vater, der seinen Sohn liebt, muß ihm als Knaben kein Reitpferd halten. Das verfäult und verludert den jungen Menschen, setzt ihm den Dünkel von Erwachsenheit und Vornehmigkeit in den Kopf, verleitet ihn zu Verschwendung und eitlen Lüsten und Lastern. Ohne Noth muß sich kein Mensch mit dem Thier gemein machen.

Dem Tanzen als Leibesübung kann sein Werth nicht genommen werden, es bildet den Anstand und gute Haltung; hingegen stärken die andern Turnübungen weit mehr, und Zierlichkeit ist in einem verweichlichten Zeitalter am Ersten zu entrathen. Daß beide Geschlechter schon in den Kinderjahren zusammen tanzen lernen, ist gar nicht zu dulden. So wie das Tanzen gewöhnlich getrieben wird, ist es: Zerstörer der Gesundheit, Verderber der Sittlichkeit und Verführer zur Sünde. Der neuern Tänze sind

jetzt

jetzt zweier Lei: Bühnentänze und Buhltänze, dafür sind die alten Reigen verloren gegangen, bis auf ihre letzte Spur im Kehraus und einigen gesellschaftlichen Spielen. Der Tanz gehört für die häuslichen und volklichen hohen Feste — Freude in Ehren, soll niemand wehren.

Kriegsübungen, wenn auch ohne Gewehr, bilden männlichen Anstand, erwecken und beleben den Ordnungssinn, gewöhnen zur Folgsamkeit und zum Aufmerken, lehren den Einzelnen sich als Glied in ein großes Ganze fügen. Eine wohlgeübte Kriegerschaar ist ein Schauspiel von der höchsten Einheit der Kraft und des Willens. Jeder Turner soll zum Wehrmann reifen, ohne verdrillt zu werden.

Kopfübern oder Luftspringen kann nur mit großer Vorsicht und Auswahl getrieben werden, und gehört auch dann nur für solche, die durch die andern Übungen Stärke, Ausdauer, Schnelle und Geschmeidigkeit erlangt haben.

Schlittschuhlaufen kann in manchen Wintern an Orten, wo Gelegenheit dazu ist,

alle solche Turner beschäftigen, die nicht am Schwingen und Fechten Theil nehmen können. Jung und Alt sollte es treiben, und nicht unter seiner Würde halten.

Die Geschichte der frühern Turnkunst in Deutschen Landen verdient eine gründliche Untersuchung. Fast alle Volksfeste sind durch Vernachläßigung der Turnkunst eingegangen oder verkommen. Ein jedes Volksfest, was Bestand haben soll, muß seine Zeit halten, und seinen Ort haben. Geschichtliche Denkwürdigkeit wird im lebendigen Anschaun männlicher Kraft erneuert, und die Ehrenthat der Altvordern verjüngt sich im Wettturnen. Ein wirres Volksgewoge macht so wenig ein Volksfest, als die bloße Menge einen Jahrmarkt. Es muß etwas hinzu kommen, was dem Treiben einen Halt giebt. Wo sich allerlei Leute nur als müßige Eckner mit dem Bahgesicht angaffen können, und weiter nichts zur Augenweide haben — da stehen sie sich einander im Wege, und müden sich freudenlos ab, weil die festliche Würze fehlt. Erst wird die Zeit langweilig, und dann der Tag unheilig. Da soll überreichliches Essen

und

und Trinken den Mangel der Festlichkeit erse-
tzen — aber der Mensch feiert kein Fest auf dem
Mastkoben. Er hat ja nur einen Magen.
Wohl hält nach dem wahren Sprichwort: Essen
und Trinken — Leib und Seele zusammen; aber
That und Handlung muß hinzukommen, wenn
eine Erinnerung bleiben soll. Je voller der Ma-
gen, je todter das Auge, je leerer die Seele!
Nicht Quaas und Fraß — Leben und Weben
müssen bei jedem Volksfeste vorwalten.

Über die Turnsprache nur etwas Höchst-
wesentliches, da es hier an Raum fehlt, um
für sie nach allen Gründen und Gegengründen
gegen jedermann in einem offenen Kampfe zu
rechten und fechten. Es ist ein unbestrittenes
Recht, eine Deutsche Sache in Deutscher Spra-
che, ein Deutsches Werk mit Deutschem Wort
zu benennen. Warum auch bei fremden Spra-
chen betteln gehn, und im Ausland auf Leih
und Borg nehmen, was man im Vaterlande
reichlich und besser hat. Kein gründlicher
Sprachkenner, kein echtdeutscher Volks-
mann hat auch je der Wortmengerei die Stan-
ge gehalten. Nur Sprachschwache und Af-

terdeutsche werfen so gern den Zweifel auf: Ob man im Deutschen sich auch Deutsch ausdrücken könne? Ihre Sprachschwäche, Unwissenheit und Verkehrtheit dichten sie der edeln Deutschen Heldensprache an, verlassen diese feldflüchtig, ergeben sich der Wälschsucht und meindeutschen.

Kunstner und Wissenschafter sind in der Regel für reindeutsche Kunstwörter in allen andern Künsten und Wissenschaften. Von den ihrigen kommt es ihnen immer zu schwer vor, und darum lassen sie es auch ohne Versuche bewenden. Auch ist selten unter ihnen solch geselliger Verkehr und gesellschaftlicher Verein, als die Sprachbildung erfordert. Soll eine Kunstsprache lebendig sein, so muß sie aus dem Leben hervorgehn. Ein Einzelner kann wohl die Sprache zu seinem Theil rein halten, nur nicht allein rein fegen.

Übrigens entspringt alle Wortmengerei aus Unkunde, Sprachfaulheit und Vornehmthuerei. Leider können alle Klagen und Reden dagegen nichts helfen, so lange die Deutschen Kinder in ihrer Kindheit geflissentlich um ihre Mutter-

sprache

sprache betrogen werden; so lange man den Kindern die Sprachmutter raubt, und ihnen eine fremde Sprachamme gewaltsam aufdringt. Die Geschmacklosigkeit und die Unklarheit neuer Schriftsteller entstehen aus meindeutscher Volksvergessenheit. Kolbe, ein wackerer Kämpfer, hat die urkundlichen Beweise geliefert, in seinen Schriften: Über Wortmengerei. 2te vermehrte Auflage. Leipzig bei Reklam 1812. (2 Thaler 12 gr.) — Abgerissene Bemerkungen über Sprache. Ein Nachtrag zu der Schrift: Über Wortmengerei, Leipzig bei Fleischer 1813 (20 gr.) — Noch ein Wort über Spracheinheit. Berlin. Realschulbuchhandlung. 1815 (12 gr.). Die Vielspracherei ist der Sündenpfuhl, woraus aller Büchernebel dunstet. Was Einer Sprache recht bleibt, ist der andern — und der eigenen zumal, auch wohl billig. Was eine lebendige Sprache um Leib und Leben bringt, sollte man ihr doch nicht zu Leide thun. Nimmermehr wird die Deutsche Sprache eine Mangsprache werden. Noch immer behauptet ste im siegreichen Kriege ihr Urrecht als Ursprache. Ihr ist Wortmengerei — Armuth, Reinheit

heit — Reichthum, und Reinigung — Bereicherung. Die Fremdsucht ist ihr Galle, Gift und Greuel, ein Irrleuchten im Dämmer und Nebel. Fremdwörter gehen als solche und wenn sie hunderttausend Mal eingebürgert heißen, nie in Gut und Blut über. Ein Fremdwort bleibt immer ein Blendling ohne Zeugungskraft; es müßte dann sein Wesen wandeln und selber als Urlaut und Urwort gelten können. Ohne ein Urwort zu werden lauft es als Ächter durch die Sprache. Wälschen ist Fälschen, Entmannen der Urkraft, Vergiften des Sprachquell, Hemmen der Weiterbildsamkeit, und gänzliche Sprachsinnlosigkeit.

Die Deutsche Sprache vereint reine Ursprünglichkeit mit Weiterbildsamkeit, und hohes Alter mit jugendlicher Frische. Sie ist ein Werk aus einem Guß und Fluß. Ihr großer Reichthum an Urwörtern giebt ihr ein entscheidendes Übergewicht. Die Fülle, Schärfe und Feinheit der Worthülfen, so als Vorlinge, Inlinge und Endlinge gebraucht werden, und wie stehende Schriften der Wortbildung anzusehen sind, geben den Schlüssel zu

dem

dem unendlichen Sprachschatz. Dadurch wird im Deutschen das Mögliche auch wirklich. Darum bleibt jede Wortzählung eine verunglückte Mühe und jeder Wortstempel von veraltet und neugebildet ein ungewiß Ding. Unter sprachthümlichen Wörtern ist kein Wortrang von Erstlingen und Spätlingen. Wörter sind nicht Wein und Lagerbier, so mit der Zeit an Geistigkeit zunehmen. In der Bildsamkeit lebt die Verjüngung der Sprache. Sie ist der Born ihrer Unsterblichkeit. Die Wortquellen kann man im Deutschen nur ergründen, nicht erschöpfen. Nicht fertig werden die Wörter gegeben, wohl aber hat die Sprache die Zuthat und die Bildekraft in ihren Bildegesetzen. Da finden sich Musterwörter und Musterweisen. Darum bedürfen Wörter keiner Buchahnen, allein durch Sprachthümlichkeit sind sie sprachbürtig.

In der Theilbarkeit, Zersetzung, Versetzung und Zusammensetzung besitzet die Deutsche Sprache eine Vielgestalt, die sich wendet, schwenket und kehrt, und nach allen möglichen Richtungen fortschreitet. Als Ursprache hat sie eine Klarheit

zur

zur Mitgift, die jeder Aftersprache mangelt. Sie ist anschaulich gebildet, und lebt im Anschaun. Sie senkt sich in die Tiefen des Gemüths, wenn sie mit Geistesfittigen aufschwingt. Sie hat kindliche Einfalt treu bewahrt, ist bündig in der Darstellung, erbaulich in der Rede, erwecklich im Liede, und kernig und körnig im Spruch.

Die Deutsche Sprache wird in Wissenschaft und Kunst niemals Kenner und Könner in Stich lassen. Nimmer werden die Stufenwörter fehlen, jede Folge und Folgerung wird ausudrücken sein. Die Sprache wird treu gepflegt mit dem Entwickeluugsgange Schritt halten, für jede neue Gestaltung unsers Volks passen, für jede Lebensfülle zureichend sein, und mit dem Wachsthum des Volks an Bildsamkeit zunehmen. Aber vom Wißdünkel der Allerweltsbürgerei müssen wir abstehen. Mit dem Allerweltsleben hat keine einzelne Sprache zu schaffen, nur das eigene Volksleben ist ihre Seele.

Wer Ungemeines beginnen will, und zur That sich anschickt — braucht in seinem Gewissensrathe nie zu fragen: Hat schon irgend

jemand

jemand Ähnliches gewollt, Gleiches angefangen oder Dasselbe vollführt? Aber wohl muß er das Recht wägen: Darf man so handeln und thun? Nicht anders mit dem Wortbildner. Nimmt der nur gehörig Rücksicht auf die Urgesetze der Sprache und ihr ganzes Sprachthum; so bleibt er frei von Tadel und Schuld. Kein Splitterrichter hat Fug zu fragen: Hat schon jemand so gesagt? Man muß prüfen: Darf man so sagen? Ist es nicht besser auszudrücken? Denn jede lebendige Sprache bewegt sich in allgewaltiger Rege; aber Sprachlehren und Wörterbücher kommen dann auf dem gangbaren Pfade richternd hinterher.

Der Kunstsprachenbildner soll ein Dollmetscher des ewigen Sprachgeistes sein, der in dem ganzen Sprachthum waltet. Darum muß er in die Urzeit der Sprache zurückdenken, und ihren Bildungsgang auf rechter Bahn verfolgen. Kann er an der Quelle verschollene Urlaute erlauschen; so muß er diese zuerst vor allen Leuten lautbar machen. Im Erwecken scheintodter Urwörter liegt eine wahre Mehrung und Sprachstärkung. Kein Wort ist für ausgestorben zu achten, so

lange

lange die Sprache nicht todt ist; kein Wort für veraltet, so lange die Sprache noch in Jugendkraft lebt. Begrabene Wurzeln, die noch grün sind, und im vollen Wachsthum neue Stämme, Äste und Zweige treiben können, bringen Segen und Gedeihen. Die Schossen und Sprossen alter Herzwurzeln verkünden einen neuen Frühling nach langer Winterstarre. Da befreit sich die Sprache von Flick- und Stückwerk, und geht wieder richt und strack. Ohne das Pflegen der Wurzelkeime wird die Sprache als Saumroß nud Packthier beladen, und muß endlich unter der Last schwerfugiger Zusammensetzung erliegen. Jedes wieder in Gebrauch kommende Urwort ist eine reichhaltige Quelle, die den Fahrstrom speiset, den Thalweg austiefet, und allen Oberwohnern Vorfluth schafft. Turn mag als Beispiel dienen. Davon sind jetzt schon gebildet und bereits redebräuchlich: Turnen, mitturnen, vorturnen, einturnen, wettturnen; Turner, Mitturner, Vorturner, turnerisch; — turnlustig, turnfertig, turnmüde, turnfaul, turnreif, turnstark; — Turnkunst, Turnkünstler,

Turn-

Turnkünstlerisch; — Turnkunde, Turnlehre, Turngeschichte; — Turnanstalt, Turngesellschaft, Turngemeinde, Turngemeinschaft; — Turnplatz, Turnfeld, Turnplan, Turnhof, Turnstelle, Turnbahn; — Turnhaus, Turnsaal, Turnboden; — Turnzeit, Turnstunde, Turntag, Turnsommer, Turnjahr, Turnschule, Turnkühre, Turnrast; — Turnlehrer, Turnmeister, Turnwart, Turnwartschaft, Turnwalt; — Turnordnung, Turngesetz, Turnregel, Turnbrauch, Turnsitte, Turnziehm, Turnschick, Turnweise, Turnart; — Turnzeug, Turngeräth; — Turntracht u. s. w.; — Turnübung, Turnspiel, Turnfahrt, Turnfest — Turnsprache, Turnwort, Turnspruch, Turnreim, Turnlied, Turnbuch. — u. s. w.

Turn in turnen, Turner u. s. w. ist ein Deutscher Urlaut, der auch in mehren Deutschen Schwesterspracben vernommen wird, in ausgestorbenen und noch lebenden, und überall drehen, kehren, wenden, lenken, schwenken, großes

Re=

Regen und Bewegen bedeutet. So durchklingt er Langbardisch, Altfränkisch, Angelsächsisch, Englisch, Schwedisch und Islandisch. Schon vor 1023 ist es in Deutschland ein Schriftwort. Da braucht es Notker bei Psalm 39 zur Erläuterung von einem Fuhrmann: „unde unieo samfto er fier ros sament turnet, unde unieo gehorig sin imo sind alles cheres, so unieo in lustet.“ In einer alten Thiermäre von Büsching bekannt gemacht (Wöchentliche Nachrichten für Freunde der Geschichte, Kunst und Gelahrtheit des Mittelalters. Breslau 1816. 4tes Stück, Seite 57 und 59) heißt der Thiere König der Löwe: ein kühner Turner. Noch bis auf den heutigen Tag giebt es Deutsche Geschlechter, die Turner heißen.

Es ist dem armen Worte lange sehr übel ergangen. Deutsche Sprachzweifler hatten es längst für todt erklärt, und ihm Theil und Erbe am Deutschen Sprachschatz abgesprochen. Arge Wortschnüffler und Schleichwarenriecher witterten hier gleich verbotenen Smuggel, und verdammten das echtdeutsche und turnierfähige turnen geradezu als Französisches Erzeugniß, ohne

sich an seinen Sprachstempel und Urschein zu kehren. Und doch bekennt selbst der Französische Sprachforscher Du Fresne, wie das Französische tourner durch die Deutschen oder Franken nach Fraukreich gekommen. Ein Deutscher Mann wird aber dadurch noch kein Franzose, wenn ihn das Unglück traf, in Gefangenschaft zu gerathen. Nach seiner Entledigung kann er gleich wieder in Reih' und Glied eintreten. Weder ein Deutsches Wort, noch ein Deutsches Land wird dadurch schon Französisch, wenn es die Franzosen sich zueignen. Entlehnte Kunstwörter und entführte Kunstwerke kann man zu allen Zeiten rechtmäßig zurückfordern.

Wenn aber auch Du Fresne das Wort aufgiebt, so will er doch das Werk als Französisch retten, und seine Landesleute dem Sinn und der Sage und aller Geschichte zuwider zu Erfindern der Turniere machen. Sein Beweis ist nicht halb, nicht ganz, nur eine einzelne Stelle in einem einzelnen Französischen Zeitbuch. Dort heißt es (in Chronico Turonensi) beiläufig und gelegentlich beim Jahre 1066, wie der Tod des Gaufried Herrn von Preulli erwähnt

wähnt wird: „Torneamenta invenit.“ Schwerlich soll das heißen: Er hat die Turniere erfunden — Denn das konnte kaum ein König und Fürst, geschweige ein Sondermann. Der Sinn jener Stelle ist sicherlich nur: Er hat sie in Frankreich in Gang gebracht. Das bestätiget eine Urkunde aus dem Schriftthum der Sonst-Reichsstadt Rothenburg an der Tauber. Die meldet bereits beim Jahr 942: „Vom andern Thurnier zu Rothenburg.“ Dies wäre eigentlich genug. Weil aber leider jeder Französische Lügenwind, sobald er nach Deutschland herüberwehet, als Sturm wüthet und die Wahrheit entwurzelt; so will ich die Thatsache noch weiter und breiter belegen. Martin Schmeizel's [weiland Professors der Geschichte zu Halle] historischer Erweis, daß die solennen Turniere schon im zehnten Seculo in Teutschland gebräuchlich gewesen ist aus den Hallischen Anzeigen, 43 u. 45ten Stück vom Jahr 1733 wieder aufgenommen in Schott's Juristisches Wochenblatt 50. 51 Stück. Leipzig 1772.

Das ganze Mittelalter hindurch ist auch

nie-

niemals einem Deutschen eingefallen, an der Urthümlichkeit und Deutschheit der Turniere zu zweifeln. Wer den biedern und mannlichen Rittern hätte wollen Franzosenthum und Wälschsucht aufheften — der wäre gewiß schön angekommen. Und der glühende Eiferer für Deutschheit Mannhold von Sittewalt (nach seinem Schriftnamen) eröffnet in seinen Gesichten: „Turner war bei den Alten ein jun„ger Soldat, ein tummelhafter wacker „Kerl, ein frischer junger Gesell, der sich „in ritterlichen Thaten übete, daher „Turniren und ein Turnier seinen Na„men und Anfang genommen.“ (Leidener Ausgabe von 1646. 2ten Theil. Seite 319. Straßburger Ausgabe von letzter Hand. 1650. 1665. 2ten Theil. Seite 423).

Die Turnkunst selbst war lange eine verschollene Alterthümlichkeit. Einer schwatzte und schrieb zwar dem andern nach, wie herrlich die Vorzeit und wie trefflich die Altvordern gewesen. In Wörterbüchern waren die Namen einiger Übungen eingepfercht. Man kannte noch Übungen von Hörensagen ohne ihre Namen,

men, und vernahm wieder Namen ohne die benamten Übungen zu kennen. Fischart's Gargantua von 1590 enthält einen Reichthum von Spiel- und Übungsnamen, aber wer kennt die unbeschriebenen bloß hergezählten Dinge, wenn sie nicht vielleicht auch gausässig benannt sind. Nur zwei Kunstwörter habe ich aus diesem Wortspeicher entnehmen können: Heuschreckensprung und Arm durchschleifen; — denn Barlaufen und zum Ziel schocken hatte ich auch ohne ihn noch aus der Volkssprache. Hans Thurnmeier von Abensberg (nach seinem Schriftnamen Aventinus) der 1534 im 68 Jahr seines Alters verschied, gedenkt des Barlaufen also: „mit dem „Lermen umbschlahen und Sturm haben sie „[die alten Deutschen] den Barrit geheißen, „davon man noch der Barlaufen ein Spiel „heißt und nennt.“ So haben wir wissentlich kein altes Deutsches Kunstwort verkommen lassen, wohl aber verschollene wieder in die Sprache des Lebens zurückgebracht. Die alte Kunst ist auch ehrwürdig in ihren Sprachtrümmern. So fand sich Rung von Ringen (in Thomae

Gar-

Garzonii Piazza universale, oder allgemeiner Schauplatz aller Künst verdeutscht. Frankfurth am Main 1619 und 1659.) und ward freudig aufgenommen. Wo nur irgend ein Halt war, wurde er gleich als Hort ergriffen. Sonnen- und Sternenbahnen, Kugelbahnen u. s. w. waren schriftsässig. Davon entlehnten wir Bahn zur Bezeichnung des zu jeder Übung erforderlichen Raumes vom Stand bis zum Ziel, oder vom Anfang bis zum Ende. Wo ein Bildegesetz ansprach, wurde ihm unbedenklich auf sprachähnlichem Wege gefolgt. Anfußen aus der Jagdsprache eröffneten den Reigen für anfersen, anhanden, anmunden, anschultern, u. a. Bei dem ersten, wie bei den andern bezeichnet das Wort nur das Glied, was einen Gegenstand berührt, und niemals diesen. Immer ist nur die Rede vom Was, Womit und Wodurch — niemals vom Wo, Wohin und Woran.

So ist der Bildungsanfang immer erst Rückkehr zur Urbedeutung gewesen, wenn selbst auch jetzo die Nebenbedeutung bereits schon als deren Stellvertreter gäng und gebe war, z. B.

 Reede

Rede (Siehe Seite 237), handeln (45), schweben und rennen. Nie wollte man der Sprache Gewalt anthun, wohl aber die Urrechte der Sprache aufrecht erhalten, und Selbständigkeit und wahre Sprachfreiheit von wälschsüchtigen Meindeutschen zurückerkämpfen. Sprache ist Gemeingut der Sprachgenossen, das Sprachthum ist die Handveste; die Bildegesetze sind Gerechtsame, die jeder Einzelne wahren, schützen und schirmen muß. Die Sprachgemeinde lebt auf uraltem Ganerbe, und darf ihr Traugut nicht verschulden, nicht verbösern, nicht verbilden, nicht aufgeben und verschleudern. Sie muß, was sie zu treuen Händen empfangen, als eisern überliefern, und urkräftig und nachhaltig hinterlassen.

Unbedenklich entlehnten wir alte Wörter aus den reingehaltenen Kunstsprachen. Rah, Rock und Rust sind seemännisch, Bühne ist bergmännisch, Holm ist zimmermännisch. Auch Ackerbau, Handwerk und Gewerbe sind verglichen. Selbst sogar die Kriegssprache ist benutzt, so sehr sie auch noch an den Franzosenmähern der alten Niederlagen leidet. (Zu vergleichen

chen [Dr. Karl Müller's] Allgemeines Verteutschwörterbuch der Kriegsprache. Leipzig bei Bruder und Hofmann 1814 —, 1 Thaler —). Niemals, auch nicht im Traum, ist mir eingefallen bloß übersetzen zu wollen, und weiter nichts. Mit den Kunstwörtern muß man es wie mit den Sprichwörtern machen, die buchstäblich fast immer Unsinn geben. Sinn durch Sinn, Eigenheit durch Eigenheit, ein Urthum durch das andere —: Das geht von Sprache zu Sprache.

Einzelne aufgefundene Wörter wurden die Richtwörter der ganzen Reihenfolge. Steig- und Werf-zeug hat die älteste Verdeutschung des Vitruvius. Basel 1614. Hebezeug ist im Bergwesen. Ihnen nachgebildet sind: Springzeug, Schwingzeug, Schwebezeug, Kletterzeug, Ziehzeug.

Nach den Sprachähnlichkeiten und den Bildegesetzen haben wir die Lücken der Kunstsprache sprachthümlich auszufüllen gesucht, das Fehlende ergänzt und dem Mangel abgeholfen. Sache und Sprache haben wir immer beisammen getrieben, und so sollen die Kunstwörter Hand und Fuß haben und Kopf und Herz.

Ein

Ein Wort muß das andere erklären, jedes ist ein Schlüssel zur Sprachkammer, das erste beste ist der Reigenführer zur ganzen Wörterfolge, wie bei der Angabe der Sprunghöhen (Seite 28): Knöchelhoch, wadenhoch, kniehoch, schenkelhoch, hüfthoch, nabelhoch, herzhoch, brusthoch, halshoch, schulterhoch, kinnhoch, mundhoch, nasenhoch, augenhoch, stirnhoch, scheitelhoch.

Eine durchgeführte Kunstsprache muß schon in der Wortbildung ein Wortfinden gewähren; als: Sprunghöhe, Sprungweite, Sprungtiefe — und von turnschen und Turnscheue alle mögliche Arten. Mithin soll aber auch kein Buchrichter ein einzelnes Kunstwort herausgreifen, vor seinen Freistuhl ziehen, und darüber dünkelweise aburtheln. Man muß die Kunstwörter einer Kunstsprache allesammt in Reih und Glied mustern, und dann Schau über sie halten, ob jedes an Ort und Stelle ist, und kunstgerecht seinen Posten einnimmt. Wer nicht mit Umsicht, Übersicht und Einsicht erst die Kunst und ihren Wortbedarf erforscht — mag leicht vorlaut Wörter verabschieden, so er

nach

nach langem Kühren und Kiesen wieder einberufen muß. Die Deutsche Sprache hat sinnverwandtlichen Reichthum! Was aber von allen Schaftgewehr könnte den Ger ersetzen? Nur er ist beides wurfrecht und stoßrecht, wuchtbar auf fern und nah, wegen Gestalt und Gehalt nicht misdeutig. Dabei von uraltem Stamm aus einer weitverbreiteten Deutschen Wurzel, die sich durch Altgallisch, Lateinisch und Griechisch fortstreckt, und endlich fern im Morgenland unter Persen, Arabern und Türken als Dschérid zum Vorschein kommt.

Alle Wörter, die sich gegenseitig erläutern, prägen sich leicht dem Gedächtniß ein, und kommen dem Erinnerungsvermögen zu Hülfe. Solche wie: springen, Springer, Springel; — klimmen, Klimmer, Klimmel; — schwingen, Schwinger, Schwingel; — fechten, Fechter, Fechtel, Hiebfechtel, Stoßfechtel; — sind schon durch ihre Ableitung verständlich und gerechtfertiget. Ihnen können, wer weiß wie viele, noch nachgebildet werden.

Durch die altdeutsche Wortkehre hat man die Turnsprache möglichst geschmeidig zu er-

erhalten gestrebt: Dauerlauf — Laufdauer, Klettermast — Mastklettern, Springstab — Stabspringen. u. s. w.

Der Wiederlaut wurde niemals verschmäht, wo er sich ungezwungen darbot: Hinkfuß — Hangfuß, Springgraben — Springgrube, lochen — legen, stützen — stürzen u. a. m. Der Wiederlaut ist ja auch mit unserer Ursprache geboren, und kann nur mit ihr verenden.

Eben so wenig hat man sich vor dem Schlagreim geekelt und geziert. Ist er doch unter allen Sprechern der Altermann, ein mundrechter Worthalter für alle Leute, und ein leutseliger Redner sonder Gleichen. Schick und Blick, — Lauf ohne Schnauf, — Wage und Lage, — Ruck und Druck, — klippen und klappen, — kippen und wippen u. a. m. sprechen durchs Ohr deutlicher zum Gemüth, als breite Redniſſe zum Verstand. Kunstwörter müssen möglichst genau, bestimmt, treffend und merkbar sein; Kunstausdrücke ernst, gesetzt, männlich und edel; Kunstlehren, Regeln und Gesetze einfach, klar, bündig, herzlich

lich, Deutsch heraus, nicht hinter dem Berg haltend, wahrheitsvoll, volkfaßlich, gleich fern von Schmutz und Putz; Kunstsprüche schlecht und recht, kurz, kernig und körnig.

Manche Turnwörter müssen nothwendig rufbar und schaltbar werden, und darum einfach und volltonig wie Empfindungslaute. Mit bloßen Schrift- und Lesewörtern kann die Turnsprache nicht auskommen; sie braucht Sprech- und Lebewörter und die müssen anstellig und ausrichtig, ja ringfertig lauten. Nur darum ist bisweilen die Sassische Urweise dem Sächsischen Herkommen vorgezogen z. B.: Stopp! stoppen, wo Opitz stopfen gebraucht, was aber in dieser Bedeutung ungewöhnlich undeutlich und kleinlaut. Auch sind stopp! und stoppen seemännische und werkmännische Rufe. Keine Kunstsprache darf vornehm und neuzeitig aufgefleihet dick thun, oder wohl gar nach Art der Schmutzfinken und Sprachschinder sich über die Muttersprache was herausnehmen. Bei allen andern echtdeutschen Kunstsprachen muß sie ihren Anklang finden. Sie soll ihre Wortgebilde alle nach altem Schrot

und

und Korn prägen, keine Schwimmer in Umlauf bringen, so die nächste Flage und Fleihge schon absetzt.

Um nicht mit hausbackenem Verstand auf die Worthetz zu reiten, und Wortschatten und Schemen zu erjagen — sind alle alte Bilder wieder in Rahmen gefaßt und aufgestellt, so die Sprache noch hatte, besonders beim Schwingen z. B. Bratenwender, Scheere, Jungfernsprung, Diebssprung u. d. Nach diesem Gebilder sind beim Schwingen, Barren und Recken ähnliche versucht z. B. Nest, Felge, Welle, Mühle, Speiche, Halbmond, Schlange und manche andere. So steht nun in der Turnsprache alt und jung einträchtig beisammen, lauter bekannte Gesichter, denen gewiß jeder bald heimisch wird wie zu Hause. Hier wo sich ein leibhaftes und lebhaftes Wesen darstellt, muß auch jedes Kunstwort lebendig sein, sinnig, sinnlich, sinnbildlich und anschaulich. Das Wort ist weniger wandelbar als das Werk. Ist also erst die Kunstsprache glücklich geordnet und sprachthümlich gefestet; so kann die Folge-

zeit

zeit der Mühe entrathen, die Wörter aufs Neue wieder umzudeutschen.

Da in die Turnsprache manche wesentlich nothwendige Wörter aus Mundarten aufgenommen sind, z. B. Reck, Riege, Reede, Tie, Schleer aus dem Sassischen; — Anmann (zu Vorder-Hinter- und Nebenmann) aus dem Schweizerischen; — schocken zunächst aus dem Thüringischen; — die Herrn von der Schriftfeder über das Verhältniß der Mundarten zur Gesammtsprache noch lange nicht im Klaren zu sein scheinen; so mögen folgende Andeutungen auf eine künftige Berichtigung hinzielen.

Mundarten sind keinesweges für bloße Sprachbehelfe zu halten, für Ausdrucksweisen von niederm Range, die nur annoch in einem Versteck und Schlupfwinkel des Sprachreichs aus Gnade und Barmherzigkeit Duldung genießen. Im Gegentheil sind sie nach altem wohlhergebrachten Recht in irgend einem Gau auf Grund und Boden erb- und eingesessen. Darum können sie niemals die Rücksicht auf Heimath und Wohnstätte verläugnen. Sie müs-

müssen alle und jede Örtlichkeit beachten: Berg und Thal, Wald und Feld, Wiese und Weide, Flur und Fluß, Acker und Aue, Land und See, und tausend andere. So bilden sie Einzelnheiten in Fülle aus, und die eigensten Besonderheiten auf zweckmäßige Art und Weise. Ihre Wohlhabenheit ist der wahre Sprachreichthum. Ihr beschränkter Bereich ist Samenbet, Gehäge und Schonung von kräftigem Nachwuchs. Denn in einem weit und breit durch Gauen, Marken und Lande wohnenden Volke muß es natürlich eine Menge höchstnothwendiger Begriffe geben, treffliche Bezeichnungen, gehaltene Schilderungen, und sprechende Gemählde, die doch niemals in Büchern vorzukommen Gelegenheit hatten. Aus diesen mehrt sich dann allezeit, wenn Noth am Wort ist, die Schriftsprache, die ohne sie nicht heil sondern unganz ist. Die Gesammtsprache hat hier Fundgruben und Hülfsquellen, die wahren Sparbüchsen und Nothpfennige des Sprachschatzes.

Mundarten zeugen immerfort den alten Urstamm in sprachthümlicher Reinheit von Geschlecht zu Geschlecht. Der könnte ohne ihren

Schirm

Schirm gar leicht an einseitiger Überfeinung und Verzierlichung versiechen, Saft und Kraft verlieren, und marklos an der Auszehrung verquinen. Da sich die Mundarten nur sprachthümlich fortpflanzen, nicht in Büchern, sondern in aller Leute Mund leben; so hindern sie gewaltsame Verregelungen und Verriegelungen der Gesammtsprache. Sie treten in die Landwehr, wenn das Buchheer geschlagen. Offenbare Sprachwidrigkeiten lassen sich Leute, die nach ihrer Altvordern Weise trachten, nicht zu Schulden kommen, und lassen sich auch von ihres Gleichen keine Sprachunbilden gefallen. Sie können wohl Sprachfehler begehn, aber keine Sprachfrevel. Ein Schriftsteller kann weit eher der Sprache Gewalt anthun, und seine Nothzucht noch obendrein in einem Buche zu Ehren bringen, auch da seine Wälschlinge und Bankerte versorgen. Vor aller Leute Ohren und Munden geht das nicht ungestraft hin, da kann jeder Rüger sein.

Die Mundarten leben im ewigen Landfrieden mit der Gesammtsprache, und treten vor den Riß, so bald in der Schriftsprache Lücken entdeckt

deckt werden. Ohne Mundarten wird der Sprachleib ein Sprachleichnam. Die Schriftsprache ist die höchste Anwaltschaft der Spracheinheit, die Mundarten bleiben die dazu höchst nöthigen Urversammlungen der vielgestalteten Einzelnheit. Ein mundartiges gausässiges Wort muß, um durch Schriftwürdigkeit zur Schriftsässigkeit zu gelangen:

1. eine Deutsche Wurzel sein, oder nachweislich von einer solchen stammen;
2. den Deutschen Wortbildegesetzen nicht widersprechen, sondern sprachthümlich gebildet sein;
3. echtdeutsch, und nicht schriftwidrig lauten;
4. mit Hochdeutschen Lauten aussprechbar sein, und mit den gewöhnlichen Buchstaben in der Schrift darzustellen;
5. einen Begriff bezeichnen, wofür es bis jetzt noch kein Schriftwort gab;
6. zu keiner falschen Nebenbedeutung verleiten;
7. Weiterbildsamkeit besitzen;
8. kein schwerzusammengefugtes Angst- Noth- und Qualwort sein;
9. ein schlechteres Schriftwort schriftwürdiger ersetzen.

Dies

Dies sind die ersten Prüfregeln der Schriftwürdigkeit gausässischer Wörter. Von schirken (Seite 125) sind Schirk, Schirke, Schirkel gleich redebräuchlich geworden, und schirkig, schirkhaft, schirklich, verschirken u. a. dabei leicht zu finden. So gewinnt man mit einem bildsamen Wort der Schriftsprache einen ganzen Wortstamm, und verpflanzt ihn in ein nachhaltiges Fruchtland. Zur Vergleichung steht Seite 126 die mir bekannte gausässige Sinnverwandtschaft. Ein Urwort, oder ein abgeleitetes ist allemal besser, als ein zusammengesetztes. Ein Wort soll aber gefugt, nicht bloß zusammengesetzt; genuthet und nicht genagelt; nicht geleimt, sondern geschweißt sein. — —

Von den Förderern und Gönnern des Turnwesens soll künftig im Jahrbuch der Turnkunst die Rede sein. Hier ist nur vorläufig zu erwähnen, daß die hohen Preußischen Staatsbehörden mit Wohlgefallen und Fürsorge sogleich an diese Angelegenheit dachten, als der Staat von ausländischer Herrschaft befreiet wieder selbständig dastand. Ohne die Unterstützung

des

des Minister von Schuckmann, des Finanz-
ministers Grafen von Bülow, und des
Staatskanzlers Fürsten von Harden-
berg, wäre die Sache soweit nicht gediehen,
als sie jetzt dem Vaterlande vorgelegt werden
kann.

In dem ersten Jahrbuche der Turn-
kunst, was unfehlbar zur Ostermesse 1817
herauskommen wird, wollen wir eine kurze bün-
dige Geschichte der Berlinischen Turnanstalt lie-
fern, wünschen auch eine Übersicht von allen
Deutschen Turnanstalten zu geben. Wir erbit-
ten uns dazu Beiträge über: Entstehung, Ein-
richtung und Beschaffenheit der Turnplätze, ihre
Größe und Lage; Turnerzahl nach Alter und
dem Stande der Ältern; Namhaftmachung
der Ausgezeichneten, nebst der Angabe, was
sie besonders geleistet; Turnfahrten; Turnlie-
der; Volksspiele, Volksbelustigungen, Volksfeste
und Neubelebung durch die Turnkunst; neue
Turn-Erfindungen oder Entdeckungen; Bü-
cher und einzelne Stellen, die Gegenstände der
Turnkunst betreffen; handschriftliche Werke und
auf welchem Wege man zu ihrer Benutzung
ge-

gelangen könne; gausässige Namen von Übungen und Spielen.

Auch Nachrichten von frühern berühmten Turnern aus gedruckten und ungedruckten Zeitbüchern sollen uns sehr willkommen sein; noch mehr aber von solchen, die noch in Überlieferungen und Sagen fortleben. Die Altvordern haben nicht verschmäht, die turnerische Fertigkeit unserer hochgefeierten Kaiser und Könige zu erwähnen. Von Karl dem Großen ist es bekannt, daß er gern und leicht über den Rhein schwamm. Heinrich der Vogler war schon als Jüngling vom Harz nach Rom zu Fuß gewallfahrtet, und blieb als Mann in Turnübungen allen Zeitgenossen überlegen. Maximilian der erste leuchtet in der Abendsonne der Ritterzeit in Thaten, die als Abenteuer an die alten Heldensänge erinnern.

Die Jahrgeschichte jeder Turnanstalt muß alljährlich mit dem 18ten October geschlossen werden. Zu einzelnen Angaben über Turnfertigkeit eignen sich besonders:

Freisprünge und Stabsprünge nach Höhe und Weite; Riesensprünge (Höhe und Länge des

Schwin-

Schwingels); Doppelschlag, Hinkschlag; Strecken (Umkreisen mit den Händen auf die Dauer); Barren- und Daumaumunden auf Dauer; Klettern, mit Bemerk der Dicke und Höhe des Kletterzeuges, und des Zeitraums; Klimmen (Art, Dicke und Höhe des Klimmzeuges); Ziehklimmen auf Dauer; Schnelllauf und Dauerlauf, beide genau nach Raum- und Zeitmaaß; Weite und Höhe der Würfe, nebst der Schwere des Geworfenen. Alle solche und ähnliche Beiträge müssen aber schon vor Weihnachten eingeschickt sein.

Das Jahrbuch der Turnkunst soll unausgesetzt alljährlich erscheinen, damit sich die Turnkunst immer vollkommner gestalte und neu im Leben verjünge.

Berlin den 31ten März 1816.

Friedrich Ludwig Jahn.

— Folgender wichtige, erst spät bemerkte Druckfehler im Buche wird, aus Mangel an anderweitigem Raume, hier noch nachgetragen:

Seite 238, statt Zeile 10 und 11 v. unten, lies:

Schlängelbahnriege: nicht über 8.

Wettlaufriege:

(wenn die Rennbahn 30 F. breit) nicht über 8.

Seite V. von unten statt 13ten leis 16ten.

Inhalt.

Erster Abschnitt.

Die Turnübungen

Seite

I. Gehen . . . . . 3.
1. Anstand im Gange . . . . . 3.
2. Dauer . . . . . 4.
3. Schnelle . . . . . 5.
4. Nichtachten der Örtlichkeit . . . . 5.
— Lediggang, Lastgang . . . . . 5.
II. Laufen . . . . . 7.
Laufvorrichtungen: Laufbahnen . . . 7.
Laufhaltung . . . . . 8.
Laufregeln . . . . . 9.
A. Das Rennen . . . . . 10.
1. Schnellrennen . . . . . 10.
2. Dauerrennen . . . . . 11.
B. Der Schlängellauf . . . . . 11.
1. Schnellschlängeln . . . . . 11.
2. Dauerschlängeln . . . . . 12.
C. Der Zickzacklauf . . . . . 12.
— Schlangenlauf . . . . . 12.
— Schneckenlauf . . . . . 13.
— Kibitzlauf . . . . . 13.
— Sturmlauf . . . . . 13.
— Lediglauf, Lastlauf . . . . . 14.

Seite

III. Springen . . . . . 15.
Springvorübungen . . . . . 15.
Haltung . . . . . 16.
1. Zehenstand . . . . . 16.
2. Zehengang . . . . . 16.
3. Hüpfen . . . . . 17.
4. Anfersen . . . . . 17.
a. Laufschlag . . . . . 18.
b. Scheinlauf . . . . . 18.
c. Wechselschlag . . . . . 18.
d. Doppelschlag . . . . . 18.
e. Hinkschlag . . . . . 19.
5. Hocken . . . . . 19.
a. Sitzhocken . . . . . 19.
b. Springhocken . . . . . 19.
6. Hinken . . . . . 20.
— Hinksprung . . . . . 20.
— Durchhink . . . . . 21.
— Hinkkampf . . . . . 21.
7. (Strecken) . . . . . 21.
8. Zusammensetzungen aus d. vorig. Arten 21.
Von den Sprüngen im Allgemeinen . . 22.
— Vom Aufsprung und Niedersprung . . 22.
— Vom Standsprung . . . . . 22.
— Vom Sprung mit Vorsprung . . . 22.
— Vom Anlaufsprung . . . . . 23.
Der Heuschreckensprung . . . . . 24.
Der Springlauf . . . . . 24.
A. Der Freisprung . . . . . 25.
1. Weitensprung . . . . . 26.
2. Höhensprung (am Freispringel) . . 27.
— Sprung in die Weite und Höhe . . 29.

Seite

3. Tiefensprung . . . . . 29.
— Sprung in die Tiefe und Weite . . . 29.
B. Das Stabspringen . . . . 30.
Springel (Stabspringel) . . . . 30.
Springstäbe . . . . . 30.
Stabhaltung . . . . . 31.
1. Weitensprung . . . . . 32.
2. Höhensprung . . . . . 32.
— Sprung in die Weite und Höhe . . . 33.
3. Tiefensprung . . . . . 33.
— Sprung in die Tiefe und Weite . . . 33.
IV. Schwingen . . . . . 35.
Schwingzeug; Schwingel . . . . 36.
Schwingpferd . . . . 37.
Zustände des Schwingens . . . . 39.
Schwingvorübungen . . . . 39.
1. Hüpfen . . . . . 40.
2. Hocken . . . . . 40.
3. Grätschen . . . . . 40.
4. Spreizen . . . . . 40.
5. Kreuzen . . . . . 42.
6. Hurten . . . . . 43.
7. Heben . . . . . 43.
8. Wippen . . . . . 44.
9. Hockwippen . . . . . 44.
10. Handeln . . . . . 45.
Schwingregeln . . . . . 45.
A. Einfache Sprünge . . . . 48.
a. Seitensprünge . . . . . 49.
1. Erstes Auf- und Absitzen . . . 49.
2. Zweites „ „ „ . . . . 49.
3. Jungfernsprung . . . . . 50.

Seite

4. Die Kehre . . . . . 51.
5. Die Wende . . . . . 51.
6. Die Scheere . . . . . 52.
7. Die Mühle . . . . . 52.
8. Der Hockſprung . . . . . 52.
9. Die Nadel 53,
10. Die Gaffel . . . . . 53.
11. Die Grätſche . . . . . 53.

b. Hinterſprünge . . . . . 53.
1. Die Wippe . . . . . 53.
2. Die Spreize . . . . . 54.
3. Der Jungfernſprung . . . . . 54.
4. Die Spille . . . . . 55.
5. Die Schraube . . . . . 55.
6, Der Katzenſprung . . . . . 55.
7. Der Affenſprung . . . . . 56.
8. Der Froſchſprung . . . . . 57.
9. Die Kehre . . . . . 57.
10. Die Wende . . . . . 57.
11. Der Rieſenſprung . . . . . 57.

Fechtſprünge (Sprünge mit einer Hand) . 60.

B. Geſchwünge . . . . . 61.
1. Der Kreis . . . . . 62.
2. Der gewundene Jungfernſprung . . . 62.
3. Das Vorſchweben . . . . . 62.
4. Das Rad auf zwei Pauſchen . . . . 62.
5. Das Uhrwerk . . . . . 63.
6. Kehrſchwung und Spille . . . . 63.
7. Der Bratenwender . . . . . 63.
8. Das Rad auf einer Pauſche . . . . 63.
9. Die Finte . . . . . 63.
10. Der Hexenſprung . . . . . 64.

	Seite
11. Die Doppelkehre	64.
12. Kehrschwung und Wende	64.
c. Noch mehre einfache Sprünge	64.
„ „ fortgesetzte Sprünge	66.
„ „ Doppelsprünge	67.
Sprünge von Dreien ausgeführt	68.
b. Mehre Kopfüberstücke	68.
„ Schwebestücke	69.
„ Freisprünge	69.
Das Bocksspringen	70.
V. Schweben	72.
Schwebezeug (Liegebaum, Schwebebaum u. s. w.)	72.
Schwebevorübungen	73.
Schwebeübungen	73.
1. Schwebegang	73.
2. Vorbeischweben	73.
3. Aufnehmen eines Hutes ꝛc. am Zopfende	73.
4. Niedersetzen	73.
5. Schwebekampf	73.
VI Die Reckübungen	76.
Turnzeug: Reck	76.
Erklärungen	77.
a. Seithang	77.
Querhang	77.
b. Aufgriff	77.
Untergriff	77.
Zwiegriff	77.
c. Sitz (Seitsitz und Reitsitz)	77.
Stütz	78.
Schwebe	78.
A. Hangübungen	78.

Seite

1. Der Anhang . . . . . 78.
a. Vorlings . . . . . 78.
1. Querhangs
2. Seithangs
b. Rücklings . . . . . 79.
2. Der Liegehang . . . . . 79.
a. Vorlings . . . . . 79.
1. Querhangs
2. Seithangs
b. Rücklings . . . . . 80.
— Das Nest und der Schwimmhang . 80.
3. Der Schwebehang . . . . . 81.
a. Vorlings . . . . . 81.
1. Querhangs
2. Seithangs
b. Rücklings . . . . . 81.
4. Der Abhang . . . . . 81.
a. Querhangs (Fußhang) . . . 81.
b. Seithangs
1. Kniehang . . . . . 82.
2. Risthang . . . . . 82.
3. Fersenhang . . . . . 82.
5. Das Hangeln (am Hangelreck) . . 82.
1. Anhangs . . . . . 82.
2. Liegehangs (Liegehangeln) . . 82.
3. Kniehangs (Kniehangeln) . . 82.
4. mit Wendegriff und Kehrgriff . 82.
6. Das Ziehklimmen . . . . . 82.
a Querhangs . . . . . 83.
b. Seithangs . . . . . 83.
7. Der Griffwechsel und das Stemmen . 84.

Seite

8. Das Handeln . . . . . 85.
1. im Stütz (Stützhandeln) . . . 85.
2. in der Schwebe (Schwebehandeln) . . 85.
9. Niederlassen und Erheben . . . 85.
Anmunden . . . . . 86.
Anschultern . . . . . 86.
B. Schwungübungen . . . . 86.
1. Der Aufschwung . . . . . 87.
1ste Art: Wellaufschwünge . . 87.
2te Art: Sitzaufschwünge . . . 88.
3te Art: Mühlaufschwung . . . 88.
4te Art: a. Schwungstemmen . . 88.
b. Felgaufschwung . . . 89.
c. Kreuzaufschwung . . . 89.
5te Art: Knieaufschwung . . . 89.
2. Der Umschwung . . . . . 89.
a. Wellen . . . . . 89.
1. die gewöhnliche Welle . . . 90.
2. die Kniewelle . . . . . 90.
3. die Sitzwelle . . . . . 90.
4. die Burzelwelle . . . . 90.
5. die Kniehangwelle . . . . 90.
b. Die Felge . . . . . 90.
c. Die Bauchfelge . . . . 90.
d. Die Kreuzbiege . . . . 91.
e. Die Speiche . . . . . 91.
f. Der Überschwung . . . . 91.
3. Der Abschwung . . . . . 91.
a. Reine Abschwünge (Stehschwung ꝛc) 91.
b. Gemischte Abschwünge . . . 92.
4. Der Durchschwung . . . . . 92.

Seite

5. Der Unterschwung . . . . . 92.
— Folge der Reckübungen zu ihrer leichteren Erlernung und Durchübung nach der Riegenordnung 93.
VII. Barrenübungen . . . . . 96.
Turnzeug: der Barren . . . . . 96.
A. Hebe-, Stütz und Stemmübungen . 97.
1. Hüpfen . . . . . 97.
2. Niederlassen und Erheben . . . 97.
3. Niederlassen und Aufkippen . . 97.
4. Anmunden . . . . . 97.
5. Heben . . . . . 98.
6. Die Schwebe . . . . . 98.
7. Handeln . . . . . 98.
a. im Stütz
b. in der Schwebe
8. Die Stützkehre . . . . . 99.
B. Schwungübungen . . . . . 99.
1. Der Sitzwechsel . . . . . 99.
2. Die Kehre . . . . . 100.
3. Die Wende . . . . . 100.
4. Sitzwechsel mit Kehre . . . . 100.
5. Sitzwechsel mit Wende . . . . 100.
6. Der Halbmond . . . . . 100.
7. Die Schlange . . . . . 100.
8. Der Schwebewechsel . . . . . 101.
9. Der Kreis . . . . . 101.
10. Wippen . . . . . 101.
11. Abwippen . . . . . 102.
12. Überschlagen . . . . . 102.
a. aus dem Hang
b. aus dem Stütz
— Durchschieben . . . . . 102.

Seite

VIII. Klettern = = = = = = = 104.
Kletterzeug = = = = = = 104.
Klettergerüste = = = = = = 105.
1. Der Einbaum = = = = = 105.
2. Der Zweibaum = = = = = 106.
3. Der Vierbaum = = = = = 107.
4. Der Klimmel = = = = = 107.
A. Das eigentliche Klettern = = 108.
Kletterregeln = = = = = = 108.
1. Stangenklettern = = = = = 110.
2. Mastklettern = = = = = 110.
3. an der Lehnstange = = = = = 110.
4. Tauklettern = = = = = = 110.
5. Leiterklettern = = = = = 110.
B. Das Klimmen = = = = = 111.
1. mit Senkgriff = = = = = 111.
a. Tauklimmen = = = = = 112.
b. Stangenklimmen = = = = = 112.
c. an der Strickleiter = = = = 112.
2. mit Riß- oder Wagegriff = = = 112.
— Rückklimmen = = = = = = 112.
— Wettklettern = = = = = = 112.
— Vorbeiklettern = = = = = = 113.
IX. Werfen = = = = = = = 114.
A. Schießen = = = = = = 115.
1. mit dem Feuergewehr = = = = = 115.
2. mit der Armbrust = = = = = 115.
3. mit dem Bogen = = = = = = 116.
4. mit dem Schaft (Gerwerfen) = = = 116.
Wurfgeräth (der Ger) = = = = 116.
Wurfzeug (d. Pfahlkopf) = = = = 117.

	Seite
Wurfbahn	117.
Wurfhaltung	117.
Wurfvorübungen	118.
a. Der Kernwurf	119.
b. Der Bogenwurf	119.
c. Der Tiefenwurf	120.
Treffer und Fehler beim Gerwerfen	120.
B. Schocken	121.
Schockbahn	121.
Schockziel (Schott)	121.
Schockhaltung	122.
Schockweise	122.
C. Stoßen	123.
Stoßbahn	123.
Stoßgeräth	123.
Stoßweise	124.
D. Schleudern	124.
E. Gellen	125.
F. Schirken	125.
X. Ziehen	127.
Ziehzeug	127.
Ziehbahn	127.
A. Handziehen	127.
1. mit den Händen allein	127.
a. Hand in Hand	127.
b. häkelnd	127.
2. am Ziehzeuge	128.
Emporziehen	128.
B. Nackziehen	129.
a. stehend	129.
b. auf allen Vieren	129.

Seite

XI. Schieben . . . . . 130.
A. Schieben des Gegners . . . . 130.
1. Hand in Hand, ... 130.
2. Hände an den Achseln . . . . 130.
B. Schieben an besondern Vorrichtungen 131.
XII. Heben . . . . . 132.
1. Heben des Armkraft-Messers . . 132.
2. Heben des Wagebalkens . . . 133.
3. Heben von Sandbeuteln . . . 133.
XIII. Trägen . . . . . 134.
A. Tragen lebloser Dinge . . . 134.
1. Tragen in den Händen allein . . 134.
2. Tragen auf den Schultern . . . 135.
B. Tragen eines Menschen . . . 135.
1. Huckeback . . . . . 135.
2. Huckeschulter . . . . . 135.
3. Auf d. Handflechte . . . . 135.
a. einen sitzend . . . . . 136.
b. einen liegend (Schwimmen-lassen) . 136.
XIV. Strecken . . . . . 137.
A. mit Gebrauch der Hände . . . 137.
Stufenfolge . . . . . 137.
B. ohne Gebrauch der Hände . . . 139.
XV. Ringen . . . . . 140.
Ringplatz . . . . . 140.
Ringhaltung . . . . . 140.
Ringgriff . . . . . 141.
a. Ganzer Griff . . . . . 141.
b. Halber Griff . . . . . 141.
Ringvorübungen . . . . . 141.

Was

Seite

Was beim Ringen entscheidet " " " 143.
Was unerlaubt ist im Ringen " " " 143.

XVI. Sprung im Reifen " " " 145.

1. Durchschlag von vorn " " " " 145.
2. Durchschlag von hinten " " " " 145.
3. Durchschlag im Lauf " " " " 146.
4. Halber Durchschlag seitwärts " " 146.
5. Ganzer Durchschlag seitwärts " " 146.

XVII. Sprung im Seile " " " " 147.

A. Im kurzen Seile " " " " " 147.
1. Einfacher Durchschlag " " " 147.
a. Gerader Durchschlag " " " " 147.
b. Gekreuzter Durchschlag " " " " 148.
2. Doppelter Durchschlag " " " 148.
a. Gerader Doppeldurchschlag " " " 148.
b. Gekreuzter Doppeldurchschlag " " 148.
3. Die Drehung " " " " " " 149.
B. Im langen Seile " " " " " 150.
1. wobei d. Springer auf d. Stelle bleibt 150.
2. wobei d. Spr. nicht auf d. Stelle bleibt 151.
a. Durchlaufen des Seiles " " " " 151.
b. Überspringen des Seiles " " " 151.
c. Sprung in das Seil " " " " 151.
d. Augenblick im Seile " " " " 151.
e. der einfache Kreislauf " " " " 152.
f. der doppelte Kreislauf " " " " 152.

— Anhang mancherlei Übungen 153—166.

Zweiter Abschnitt.

Die Turnspiele " " " " " " 167.

Von den Turnspielen überhaupt " " " 169.
Beschreibung erprobter und bewährter Turnspiele 173.

Seite

A. Spiele, so auf dem Turnplatze getrieben werden 173.
1. Schwarzer Mann = = = = = 173.
2. Barlaufen = = = = = = 174.
B. Spiele, so außerhalb des Turnplatzes vorgenommen werden müssen = = = = 177.
1. Ritter- und Bürgerspiel = = = 177.
2. Jagdspiel oder die Jagd = = = 181.
3. Das Stürmen oder der Sturmlauf = 182.
4. Das Deutsche Ballspiel = = = 182.

Dritter Abschnitt

I. Über Anlegung und Einrichtung eines Turnplatzes = = = = 187.
Vom Ort = = = = = = = 187.
Von dessen Lage = = = = = 188.
Vom Schuppen (oder Hütte) und Tie = 189.
Von der Gestalt des Platzes = = = 190.
Von den Gränzen des Platzes = = = 190.
Von Einfahrt und Eingängen = = 190.
Von der Größe des Turnplatzes und der einzelnen Turnstellen = = 192.
Raum und Geräth für 400 Turner = 194.
Von dem Nöthigen für 200 Turner = 196.
Von den besten Turnbäumen = = 197.

II. Anschlag des Turnzeuges und Geräthes und der Vorrichtungen für einen vollständig eingerichteten Turnplatz, auf dem sich 400 Turner riegenweise zugleich üben können = = = = 198.

Vier-

Seite

Viertter Abschnitt

I. Über die Art, wie die Übungen zu treiben und im Gange zu erhalten sind = = 209.

Turnkunst = = = = = = 209.
Turnanstalten = = = = = 210.
Turnplätze = = = = = = 212.
Das nothwendigste Turnzeug für 80 Turner 214.
Turnlehrer = = = = = = 215.
Turnübungen = = = = = = 218.
Turnzeit = = = = = = = 222.
Turntracht = = = = = = 225.
Tie = = = = = = = = 229.
Zuschauer = = = = = = 230.

II. Die Turngesetze = = = = = 233.

A. Geist der Turngesetze = = = 233.
B. Allgemeine Turngesetze = = 235.
C. Besondere Turngesetze (Übungsgesetze) 237.

Fünfter Abschnitt

I. Zur Bücherkunde der Turnkunst 247.

Nutzen und Nothwendigkeit der Turnkunst = 248.
Von der Bewegung = = = = = 249.
Über die Turnkunst der Griechen und Römer 249.
Neuere allgemeine Werke = = = = 251.
Ringen = = = = = = = 251.
Schießen = = = = = = = 254.
Baden und Schwimmen = = = = 255.
Kopfübern oder Luftspringen = = = = 256.
Fahnenschwenken = = = = = = 256.
Spiele = = = = = = = = 257.

Tan-

Seite

Tanzen . . . . . 258.
Schwingen 264
Fechten . . . . . 264.
Turnkunde . . . . . 271.

II. Erklärung des Planes von einem Turnplatze auf Platte I . . . . 286.

Einige Fehler.

Seite 10. Zeile 1 v. oben statt Schnellauf lies Schnelllauf.
S. 11. Z. 11 v. unten statt Schwebeu lies Schweben.
S. 16. Z. 13 v. ob. statt hiuten lies hinten.
S. 19. Z. 1 v. unt. statt Knies lies Kniees.
S. 20. Z. 1 v. unt. statt eiue lies eine.
S. 25. Z. 8 v. unt. statt gemichsten lies gemischten.
S. 26. Z. 9 v. ob. statt die lies den.
S. 36. Z. 1 v. unt. statt Abschnitt 2, II. I. Abschnitt 3, II.
S. 37. Z. 13 v. unt. statt besteu lies besten.
S. 37. unter d. letzten Zeile statt Du lies Da.
S. 39. Z. 8 v. ob. statt Abschnitt 2, II. lies Abschnitt 3, II.
S. 51. Z. 3 v. ob. statt hängt lies hangt.
S. 66. Z. 10 v. ob. statt dach lies doch.
S. 77. Z. 6, v. ob. statt rechtwinklich lies rechtwinklig.
S. 94. Z. 10 v. unt. statt gewöhnliche lies gewöhnliche,.
S. 106. Z. 11 v. ob. statt welches lies welche.
S. 115. Z. 3 v. ob. statt große Vorsicht vielen Raum lies große Vorsicht, vielen Raum.
S. 116. Z. 9. v. unt. statt ans lies aus.
S. 122. Z. 12 v. unt. statt gestüzt lies gestützt.
S. 123. Z. 6 v. ob. statt bloß, durch lies bloß durch.
S. 123. Z. 13 v. ob. statt den Plan XV lies den Plan, XV.
S. 126. Z. 4 v. ob. statt schueiden lies schneiden.
S. 128. Z. 2 v. unt. statt nur lies nun.
S. 159. Z. 12. v. ob. statt Kmapfe lies Kampfe.
S. 160. Z. 2 v. unt. statt von Innen nach Außen lies von Außen nach Innen.
S. 171. Z. 4 v. ob. statt Gesellschaftsspiel lies Gesellschaftsspiel.
S. 177. Z. 4 v. ob. statt dia lies die.
S. 182 Z 12 v. unt. statt abfsteigend lies aufsteigend.
S. 274. Z. 12 v. ob. statt 1794 lies 1795.

Erster Abschnitt.

Die Turnübungen.

Bayerische
Staatsbibliothek
München

I. Gehen.

Ein guter Gänger muß mit Anstand: zugleich Schnelle und Dauer verbinden, und die Örtlichkeit — Berg und Thal, Sand und Lehm — nicht achten.

Ein guter Gänger sein — ist eine große Kunst, sie aber auf dem Turnplatze zu üben, wäre zu zeitraubend, daher muß sie schon dem Kinde durch seine frühesten Umgebungen gelehrt werden; denn ein Jeder weiß, wie schwer es hält, frühere schlechte Angewohnheiten im Gange wieder abzulegen.

1. Anstand im Gange. Hierzu gehört:

Eine grade natürliche Haltung des ganzen Leibes, besonders des Kopfes, ohne alle Künstelei und Ziererei; ein leichter, aber doch fester Tritt auf den ganzen Plattfuß, nicht mit einer Seite früher als mit der andern; Streckung der Kniee bei jedem Niedertritt. Die Füße müssen ein wenig auswärts gehalten werden, sich aber in dieser Stellung nicht hin und her drehen.

Die Arme dürfen sich etwas bewegen, aber nicht schleudern: die Bewegung muß mehr mit dem Unter- als Oberarm geschehen. — Das Gehen darf kein Schleichen, aber eben so wenig ein Hüpfen werden, der Gang darf nicht schwanken und wiegen: er muß gerade aus und sicher sein: die Knöchel und Kniee dürfen dabei nicht an einander streichen. — Die Größe der Schritte muß mit der Leibeslänge und besonders den untern Gliedern in richtigem Verhältniß stehen, so daß der Leib bei keinem Schritt aus der Wage kommen darf.

2. Dauer im Gehen: erlangt man nur durch viele Übung. Mit Kindern oft und wo möglich täglich vorgenommene, und immer verlängerte Ausgänge und später größere Wanderungen und Fußreisen üben darin am besten. Große Ausdauer im Gehen und das Vermögen, dabei noch das nöthige Gepäck zu tragen, ist eine Eigenschaft, deren Werth viele Menschen noch nicht hinlänglich zu schätzen wissen; frühe und häufige Gänge machen, und dabei im Ranzen auf beiden Schultern Gepäck tragen, muß oft und kann nie genug geübt werden. Doppelranzen und Quersäcke, von denen die eine Hälfte vorn, die andere hinten hinab hängt, sind der Gesundheit äußerst nachtheilig, zumal im Knabenalter. Ranzen, Reisetaschen, Tragesäcke u. s. w.

dürfen

dürfen niemals einriemig, müssen allezeit zwei-riemig sein, damit die Last auf beiden Schultern gleichvertheilt ruht Doch kommt bei dem Lastgehen, wie beim Lediggang, alles darauf an, daß Arme und Hände zum Gebrauch frei sind.

3. Schnelle des Ganges beruht auf Größe und Schnelle der Schritte; daher kleine oder kurz gespaltene Leute durch Schnelligkeit ersetzen müssen, was ihren Schritten an Größe abgeht. Die beste Übung ist, oft einen und denselben Weg in bestimmter und allmälig immer kürzerer Zeit zurückzulegen.

4. Nichtachtung der Örtlichkeit. Das Gehen auf dem Wirrfelde (unebnem Boden) ist weit schwieriger, als auf dem Blachfelde; aber auch weit stärkender, besonders wenn die kleinen Höhen etwas stark aufsteigen und abfallen; eben so das Gehen durch tiefen Sand.

Wird eine Anhöhe so steil, daß zu dem Schritt eine bedeutende Kraftanwendung gehört, und die Schritte überhaupt mehr stufenweise geschehen, so nennt man die Bewegung nicht mehr gehen, sondern steigen, welches eben wie das Gehen, als Lediг- und Laststeigen geübt werden kann.

Es wäre sehr zu wünschen, daß man in der Nähe jedes Turnplatzes ein bedeutend Wirrfeld und kleine ziemlich steile Anhöhen von 20 Fuß — 30 Fuß haben

könnte

könnte, um das Gehen und Laufen über unebnen Boden, das Steigen und besonders das (beim Laufen vorkommende) Sturmlaufen zu üben. —

Kurzer Heideraſen, besonders in Tangelwaldungen, ist wie gebohnter Fußboden. Wer hier ohne Fehlglitte gehen und laufen, springen und ringen kann, ist ziemlich überall gangrecht, und hat sprengen und verrenken wenig zu fürchten.

II. Laufen.

Das Laufen ist, mit Vorsicht getrieben, eine besonders für die Brust und Lunge sehr heilsame Übung.

Vorrichtungen:

Die Laufbahnen.

a. Die Rennbahn: am besten schnurrecht. Sie darf nicht mit Rasen bewachsen sein, noch zu flüchtigen Sand haben, aber auch keinen fetten Boden, der bei jedem Regen schlüpfrig wird.

Ihre Breite ist 25 Fuß. Die Länge muß immer der bestimmte Theil einer Deutschen Meile (zu 24,000 rheinischen Fußen) sein, niemals unter 100 Schritt (= 200 F.).

Der Stand (Lauferstand — Anfang d. Bahn) und das Ziel (Ende) müssen immer durch feste und aus der Ferne sichtbare Gegenstände bezeichnet sein: durch Bäume, Pfähle, Säulen oder Stangen mit Fahnen ꝛc.

b. Schlängelbahn (s. Platte 1, den Plan, V.). Auf festem rasigen Boden werden drei Kreise beschrieben, deren Mittelpunkte in einer graden Linie liegen.

liegen. Zu beiden Seiten des Umfanges wird der Rasen 9 Zoll breit ausgestochen, so daß eine 18 Z. breite Bahn entsteht. Jedem Kreise kann man 21 F. 4 Z. Durchmesser geben, dann hat die ganze Bahn ziemlich genau 200 F. (= 100 Schritt). — Zwei an einander liegende gleiche Kreise muß die Schlängelbahn wenigstens haben, weil man in einem Kreise bei der Neigung des Leibes zur Kreismitte nur entweder links oder rechts laufen kann; in einer doppelkreisigen oder mehrkreisigen Bahn aber nothwendig abwechselnd schlängeln muß.

Laufhaltung:

Brust heraus! Oberleib vor, jedoch beim Schnellaufen mehr, als beim langsamen.

Schultern zurück!

Arme an! Oberarme nahe dem Leibe, Ellenbogen hinten aus! nur die Unterarme dürfen sich bewegen.

Sole leicht auf! Niedertritt auf den Ballen, nicht auf dem Plattfuß.

Mund zu! bei allen Turnübungen, besonders beim Lauf.

Lange Athemzüge! das Ein- und Ausathmen muß ebenmäßig und ebenzeitig sein (Lauf ohne Schnauf!), und

mehr

mehr durch die Nase, als durch den Mund geschehen.

Vorsichtsregeln:

1. Ausdauer im Laufen suche man nicht mit einem Male, sondern nur allmälig zu erlangen; man übe sich oft, und immer etwas länger.

2. Man übe sich besonders an kühlen, windstillen Tagen.

3. Man laufe in der ersten Übezeit nur mit dem Wind, nicht gegen den Wind.

4. Bei starker Erhitzung, oder kurzem Athemholen höre man auf.

5. Nach dem Laufen kühle man sich durch Herumgehen ab, nie durch Stillstehen; am wenigsten aber durch Niederlegen auf den Boden. Ist man sehr erhitzt, und das Wetter mehr kalt als kühl, so ziehe man gleich einen Rock an.

Laufveränderungen.

A. schnurrecht, ohne alle Krümmen: das Rennen.

B. schlängelnd, in Bogen und Kreislinien: der Schlängellauf.

C. zickzackend, in geraden Linien und Winkeln: der Zickzacklauf.

Diese drei Laufveränderungen können nun ausgeführt werden

1. auf die Schnelle — der Schnellauf.

2. auf die Dauer — Dauerlauf.

Das Mal finden, als Übung des Augenmaßes, muß besonders geübt werden. Wie der Schütze die Schußweite, muß der Läufer die Laufweite kennen, und daraus abnehmen, ob er im Schnelllauf das Ziel erreichen kann, oder nur im Dauerlauf.

A. das Rennen.

(der schnurrechte Lauf)

1. das Schnellrennen (der schnurrechte Schnelllauf) wird in der Rennbahn geübt. Man kann die Turner hier, wie bei allen Wettübungen, zusammenstellen: nach dem Alter, nach der Größe, nach der Fähigkeit. Weniger als 100 Schritt (200 F.) und mehr als 200 Schritt (400 F.) darf man zum Wettrennen auf die Schnelle nicht leicht nehmen. Hat man in der Nähe des Turnplatzes keine breite Ebene, wo man viele zugleich kann laufen lassen, und man will die Folge nach der Lauffertigkeit bestimmen, so muß man die kleinen Riegen,*) von 6 — 8 Läufern in der Rennbahn, nach der Uhr laufen lassen.

*) Riege (die): eine bestimmte Anzahl von Leuten oder Dingen, die in einer gewissen Ordnung und Reihe gedacht werden.

2. das Dauerrennen (der schnurrechte Dauerlauf) wird ebenfalls in der Rennbahn geübt. Will man wissen, wie lange und wie weit ein jeder läuft, so geschehen die Umläufe in geraden Linien, von einem Male zum andern; und jeder muß die Zahl der Umläufe, die er gemacht hat, behalten. Die Riege ist unbestimmt. Beim Wettrennen auf die Dauer gebührt dem der Preis, der den weitesten Raum, in der kürzesten Zeit, mit der mindesten Anstrengung zurücklegt, und am Ziele unerschöpft bei guten Kräften anlangt.

B. der Schlängellauf.

1. das Schnellschlängeln (der schnelle Schlängellauf) wird in der Schlängelbahn geübt. Im Schlängellauf können Arme und Hände durch Schweben den Leib in der Wage halten. Die Riegenzahl ist sechs. Alle sechs Läufer treten, jeder aber 3 Schritt vom andern, in den ersten Bahnkreis, und laufen auf ein gegebenes Wort oder Zeichen ab. Sie folgen nun so der Krümmung der Bahn, daß sie durch jeden Berührungspunkt, auf den sie stoßen, in den andern Kreis hinüberlaufen. Wer seinen Vordermann erreichen kann, giebt ihm einen Schlag mit der Hand, und der Geschlagene muß die Bahn verlassen; eben so, wer über die Bahnränder hinausgeglitten ist. Wer

zuletzt übrig bleibt, ist Sieger. — Zu merken ist noch, daß in dem ersten Kreise, von dem die Laufriege anlief, noch nicht geschlagen wird, sondern erst vom Berührungspunkt des zweiten an; in mitten des Laufes natürlich in allen dreien.

2. das Dauerschlängeln (der Schlängellauf auf die Dauer) wird in der Schlängelbahn geübt. Dauerschlängelt einer allein, so muß Zahl und Zeit der Umläufe gezählt werden. Dauerschlängelt die ganze Riege, so müssen alle gleichen Abstand und Tritt halten, damit nicht durch ungleichen Lauf ein Einholen erfolgt, und der Lauf stocket.

C. der Zickzacklauf.

Schnelle scharfe Wendungen im Laufe machen zu können, ist von großem Nutzen. Um Bäume oder Pfähle läßt sich diese Laufart üben. Es würde sehr gut sein, wenn man eine eigne Zickzackbahn dazu ausgraben könnte; doch ist dies nicht leicht thunlich, weil sich die scharfen Kanten bald abstoßen würden. — —

Der Schlangenlauf. Der Vorläufer oder Anläufer läuft in der Rennbahn von einem Rande zum andern, so daß er jeden Rand um einige Schritte weiter berührt, als vorher. Jeder Folgende hat weiter nichts zu thun, als genau seinem Vordermann zu folgen.

Der

Der Schneckenlauf wird auf dem Spielplatze geübt. Der Vorläufer beschreibt genau eine Schneckenlinie, in der Mitte windet er sich mit einem Haken um, und läuft durch den gelassenen Zwischenraum zurück. Die Folgenden halten wieder nur genau ihren Vordermann.

Beim Schlangen- oder Schneckenlauf läßt man die Hände an die Hüften legen (Daum hinten! Finger vorn!), damit sie durch Herumschwanken nicht hindern. — Die Laufriege ist je größer, je besser.

Der Kibitzlauf ist eine Art Zickzacklauf. Man setzt nämlich einen Fuß seitwärts nach vorn, den andern Fuß hinter diesen, und nun den ersten wieder seitwärts nach vorn. Nun setzt man den zweiten auf der andern Seite nach vorn, den ersten hinter diesen, und dann jenen wieder seitwärts nach vorn. Diese Bewegung wird immer wiederholt, so daß jedesmal drei Tritte schnell hinter einander nach einer Seite folgen. Dieser Lauf von mehrern, welche sich die Hände auf die Schultern gelegt haben, in gleichem Zeitmaaße gemacht, nimmt sich gut aus. —

Der Rücklauf (das Rückwärts-Laufen) ist mehr ein schnelles Trippeln, und kann ohne Gefahr nur auf dem Blachfelde geübt werden. —

Der Sturmlauf: das Hinanlaufen an ziemlich steile

Anhöhen, was mitunter aus Steigen, Laufen und Klettern zusammengesetzt ist; eine sehr wichtige Übung zur Stärkung der Schenkel, Kniee und Waden, und zum Heben der Brust. — Am bequemsten ist hierzu eine sandige Anhöhe von ziemlicher Ausdehnung, so daß eine ganze Riege zugleich laufen kann. Bei hartem Boden wird mehr Vorsicht erfordert, und hier geht auch die Übung wegen der wenigen Haltung, besonders wenn die Anhöhe sehr steil ist, zu sehr ins Klettern über, und hat nicht den Nutzen für die unteren Glieder. — Halden, abhängige Seitensteilen, und Rutschwände im Gesande ermüden den Steiger mehr als Felsen, da jeder Tritt, nicht schnell und glücklich ausgeführt, ein Rückglitt wird. — —

So wie das Gehen, kann auch das Laufen im Lastlauf und Lediglauf geübt werden, sowohl als Ledig- und Lastrennen, als Ledig- und Lastschlängeln, u. s. w.

III. Springen.

Springen heißt: vermöge eines Abstoßes aus einem oder beiden Füßen sich in die Luft schnellen.

Vorrichtungen und Springzeug werden bei den verschiedenen Sprungarten einzeln beschrieben.

Springvorübungen:

sind alle darauf berechnet, die unteren Glieder zu stärken und gelenkig zu machen, und eine gute Haltung beim Springen, wie im Allgemeinen anzugewöhnen. — Diese, so wie die Schwingvorübungen, welche frei — ohne Vorrichtung — gemacht werden, können nicht genug empfohlen werden; sie sind nicht bloß vorbereitend für die genannten Übungen, sondern überhaupt von großem Nutzen für die allgemeine Ausbildung des Leibes. Mit ihnen muß jede Unterweisung im Turnen anfangen; in ihnen muß jeder Turner durchaus Fertigkeit und Ausdauer erlangen.

Sie sind um so schätzbarer, da sie ohne alle Vorrichtung, im engen Raum vorgenommen wer-

den können, und eben so gut zu gleicher Zeit von einer großen Anzahl im Freien.

Haltung:

Fuß an Fuß! Füße und Kniee müssen immer, so dicht als möglich geschlossen sein.

Leib gerade!
Bauch ein!
Brust heraus!
} Auf diese Haltung des Oberleibes ist besonders Aufmerksamkeit zu verwenden. Durch sie wird das Kreuz eingezogen (hohl) und dadurch allein die feste edle Stellung des Leibes bewirkt.

Hände an! an die Hüften flach angelegt, der Daumen hinten, die 4 Finger geschlossen vorn.

Mund zu! Lipp' auf Lippe!

1. der Zehenstand — (Unter Zehen werden hier immer Zehen und Ballen zusammen verstanden) — Der Turner hebt die Absätze von der Erde und steht fest auf den Zehen. Dies hat wenig Schwierigkeit, wenn die Zehgelenke scharf gebogen und die Kniee ganz steif sind. Dies muß auf die Dauer geübt werden.

2. der Zehengang: wobei die Kniee sich niemals biegen und die Fußgelenke sich wohl strecken müssen, wirkt besonders auf Waden- und Kniemuskeln.

vorwärts.

rück-

rückwärts.

seitwärts.

a. mit nebensetzen ohne Anschläge der Fersen, Knöchel und Kniee. Die Füße dürfen nicht klippen und klappen.

b. mit übersetzen: vorwärts und rückwärts.

3. das Hüpfen: die Aufschnellung des Körpers von der Erde aus dem Zehenstand, wobei die Kniee in der Luft ganz gestreckt sind.

a. mit Kniesteifen: der Körper wird bloß durch die Fußgelenke, durch schnell auf einander folgende Abstöße von der Erde geschnellt.

b. mit Kniebeugen (nachgebenden Knien) die Kniee biegen sich ein wenig, strecken sich aber sogleich, nachdem die Zehen die Erde verlassen haben. Beim Niedersprung biegen sie sich ebenfalls nur wenig.

Beide Arten, a und b können geübt werden

1. an Ort und Stelle.

2. von Ort und Stelle.

vorwärts.

rückwärts.

seitwärts.

rechts und links.

4. das Anfersen: die Berührung des Gesäßes mit

den Ferſen. Dies übt die Gelenkigkeit der Kniee noch weit mehr als das Hüpfen mit Kniebeugen.

a. der Laufſchlag: Anferſen im Lauf. Nur vorwärts. Während der eine Fuß die Erde berührt, ſchlägt der andre an das Geſäß; der rechte Fuß an die rechte Geſäßbacke, der linke an die linke. Das Laufen muß nur langſam ſein, die Aufſchnellung von der Erde aber hoch und ſchnell auf einander folgend.

b. der Scheinlauf: die vorige Übung, indem der Turner an Ort und Stelle verbleibt.

c. der Wechſelſchlag: unterſcheidet ſich nur dadurch vom Scheinlauf, daß während der eine Fuß anferſet, der andre ſtandfeſt bleibt; die ganze Bewegung alſo nicht im Sprunge, ſondern aus dem Stande geſchieht.

d. der Doppelſchlag: das Anferſen mit beiden geſchloſſenen Füßen zugleich, eine der wichtigſten Vorübungen. Je höher und leichter die Aufſchnellung, deſto ſchöner der Doppelſchlag.

1. An Ort und Stelle bleibend.

2. Von Ort und Stelle ſich bewegend; aber nur wenig vorſchreitend, und mit guter Haltung des Leibes.

Auf die Dauer geübt, kann man den Doppelſchlag bis hundert Mal und darüber machen.

e. der

e. der Hinkschlag: das Anfersen mit dem Fuße, auf dem man hinkt; die schwerste Art des Anfersens. Zwanzig Hinkschläge mit einem Fuß hinter einander greifen schon an.

5. das Hocken: die zusammengezogene Stellung des Leibes, wobei sich die Kniee der Brust nähern.

a. Sitzhocken geschieht in einer aus dem Zehenstande gemachten Kniebeugung. Der Oberleib ist also senkrecht, die Oberschenkel wagerecht und das Gesäß nahe an den Fersen.

1. An Ort und Stelle verbleibend.

2. Von Ort und Stelle. Die Fortbewegung

Vorwärts. in obiger Stellung greift

Rückwärts. wegen der starken Biegung der Kniee diese sehr an; befördert aber auch besonders ihre Gelenkigkeit und Stärke.

b. Springhocken: das gleichzeitige Hinaufziehen beider Kniee bis an die Brust, welches natürlich im Sprunge geschehen muß: aber nur an Ort und Stelle bleibend. Auf die grade Haltung des Oberleibes muß hier besonders geachtet werden. — Um die Hüften vorzubereiten, übt man das Knieschnellen oder Schlagen jedes einzelnen Knies gegen die Brust, während der

andre Fuß stillsteht. Beim Knieschnellen schirmt sich der Turner mit der wagerechten platten Hand das Kinn, damit nicht durch zu heftigen und zu hohen Knieschneller die Zähne klappen.

6. das Hinken: dient dazu, jedem Fuße gleiche Kraft zu geben, gleiche Abstoßfertigkeit und gleiche Niedersprungsfähigkeit.

a. links — auf dem linken Hinkfuß.

1. Hangfuß hinten.

2. Hangfuß vorn.

b. rechts — auf dem rechten Hinkfuß.

1. Hangfuß hinten.

2. Hangfuß vorn.

Vorwärts: ist das leichtere,

Seitwärts und Rückwärts nur für Geübtere, und auch nur auf dem Blachfelde; auf dem Wirrfelde ist's gefährlich.

Üben kann man zugleich beim Hinken

den Fußfang, das schnelle Fangen des Hinkfußes, in dem Augenblick, da er von der Erde entfernt ist.

Hieher gehört ferner

der Hinksprung — nur vorwärts —

1. hinüber: über eine Weite.

über eine Höhe.

2. hin-

2. hinauf: auf eine Anhöhe, Treppe und dgl.

3. hinunter: mit großer Vorsicht;

der Durchhink: durch den Bogen, welcher entsteht, wenn man mit der einen Hand die Spitze des entgegengesetzten Fußes faßt. — Den Durchhink kann man erst durch einen längern, dann kürzern Reifen u. s. w. versuchen;

der Hinkkampf: das Gegeneinanderhinken mit verschränkten unter der Brust festliegenden Armen. Wer absetzt, hat verloren. Zu üben

1. im Zweikampf (Einer gegen Einen).

2. im Dreikampf (Zwei gegen Einen).

Beim Hinkkampf werden immer zwei Gänge gemacht: links gegen links, und rechts gegen rechts.

7. Das Strecken (S. Übg. XIV.) kann nur als Sicherungsmittel gegen den Fall oder verunglückten Sprung, mit zu den Vorübungen gerechnet werden. —

8. Aus den beschriebenen Vorübungen entstehen noch folgende wichtige und schwere Zusammensetzungen:

1. das Hüpfen aus dem Sitzhocken.

2. der Doppelschlag aus dem Sitzhocken.

3. das Springhocken aus dem Sitzhocken.

Von

Von den Sprüngen im Allgemeinen.

Jeder Sprung hat einen Aufsprung und Niedersprung, als Anfang und Ende. Beide müssen nur auf Zehen und Ballen ausgeführt werden, nie mit dem ganzen Plattfuß.

Beim Niedersprung, der immer mit geschlossenen Füßen geschieht, darf der Leib vom Scheitel bis zur Sole nie eine senkrechte Linie bilden, sondern muß den Stoß durch die Brechung der Linie mildern, durch Biegung der Fuß-, Knie- und Hüftgelenke, und ein geringes Vorneigen des Oberleibes. —

Jeder Sprung kann geschehen:

1. Von der Stelle (Standsprung).
2. mit Vorsprung.
3. mit Anlauf (Anlaufsprung).

Bei den beiden ersten Arten geschieht der Aufsprung immer mit geschlossenen Füßen.

1. Beim Springen von der Stelle macht man auf dem Aufsprungsort bloß eine schnelle Kniebeugung, und schnellt sich, ohne in dieser zu verweilen, mit angezogenen Füßen fort,
2. Beim Springen mit Vorsprung stellt man sich einen Schritt von dem Aufsprungsort, springt auf diesen dann mit geschlossenen Füßen, und verfährt wie vorher. —

Bei diesen beiden Arten des Sprunges kann man

im

im Anfange auch die Hände an die Hüfte legen, wie bei den Vorübungen, um den Körper desto besser in seine Gewalt zu bekommen, und durch das Heraufreißen der Arme nicht zu unregelmäßigen Bewegungen verführt zu werden. —

3. Bei dem Springen mit Anlauf wird folgendermaaßen verfahren. Man nimmt einen Anlauf von 12 bis 15 Schritten. Dieser muß leicht, und weder sehr rasch noch heftig ausgeführt werden. Er soll bloß die Schnellkraft der Füße rege machen, und dem ganzen Körper einen starken Schwung geben. Das Ende des Anlaufs macht das augenblickliche Aufsetzen eines Fußes in die Stelle des Aufsprungs, der andre Fuß wird nun im Nu vorn geworfen; der erste stoßt ab und schließt sich so schnell als möglich an den voran geworfenen an, so daß beide Füße noch vor der Mitte des Sprunges geschlossen sind. —

Es erfordert viel Übung, den Aufsprungsort immer sicher abzuschätzen und mit dem Fuße richtig zu finden. Man muß sich durchaus gewöhnen, beide Füße zum Abstoßen gebrauchen zu lernen; und fällt einem dies sehr schwer, so kann man sich im Anfang eines Galoppanlaufes bedienen. Aus dem Mangel der gleichen Abstoßfertigkeit beider Füße entsteht das lächerliche Bahlaufen, wo

man

man plötzlich an dem Absprungsorte stutzt, nicht von der Stelle kann, und den Anlauf wiederholen muß. —

Wenn der Sprung die größte Höhe erreicht hat, muß der Oberleib fast senkrecht sein, sich aber gegen Ende des Sprunges wieder etwas mehr senken. Die Füße kann man im Sprunge ganz angezogen, oder vorwärts gestreckt halten; die letztere Art ist schwerer, fällt aber weit besser ins Auge. —

Als eigne besondere Arten des Springens werden hier angeführt:

1. der Heuschreckensprung: die Füße sind eng geschlossen, und die Aufgabe ist, einen bestimmten Raum mit der mindesten Anzahl von Sprüngen (mit beiden geschlossenen Beinen zugleich) zu durchmessen; aber auch die Sprünge schnell auf einander folgen zu lassen, ist schwer.

   Die Übung ist schwierig wegen der Haltung des Gleichgewichtes.

2. der Springlauf: mit ungeschlossenen, spreizenden Beinen und Füßen. Wenn die Sprünge auch noch so klein gemacht werden, ist der Springlauf doch dadurch wesentlich vom Laufen unterschieden, daß der Leib immer vollkommen senkrecht, beinah rückwärts geneigt ist, und die Beine sich in den Knieen beim Niedertritt nur wenig biegen, und sonst immer

mer gestreckt mit gesenkten Fußspitzen vorangeworfen werden. Der Körper muß jedesmal wie eine Feder vom Erdboden geschnellt werden. Keine andre Übung macht wohl die Schnellkraft der untern Glieder reger, als eben diese. Bei diesem Springlauf kann man leicht mit jedem Sprunge eine bedeutende Weite erreichen. Übt man ihn aber in Rücksicht auf Schnelligkeit, so giebt er dem Leibe einen fast unaufhaltbaren Schwung. Er erfordert aber festen und sehr ebnen Boden; Anstand und Schick, Schnelle und Dauer sind dabei Hauptaugenmerke. — —

Das Springen theilt sich nach den Gliedern, welche dabei in Anwendung kommen, in den Freisprung und den gemischten Sprung.

Der Freisprung wird durch das bloße Abschnellen der untern Glieder von dem Erdboden vollführt; beim gemichsten Sprunge werden die Hände und Arme zur Hülfe mit angewendet. Zu letzterm gehört das Stabspringen und das Schwingen, welches letztere wegen seiner großen Ausdehnung und Mannigfaltigkeit als eigne Übung aufgeführt worden ist.

A. das Freispringen.

Der Freisprung kann geschehen:

1. in die Weite — Weitensprung.

2. in

2. in die Höhe — Höhensprung.

3. in die Tiefe — Tiefensprung.

1. Der Weitensprung.

Vorrichtung: ein Graben (Springgraben) (s. Platte 1. den Plan: VII, a und b), dessen Borde oder Ränder an einem Ende sehr nahe sind, am andern weit aus einander laufen. Auf jeden Fuß der Länge darf die Breite nicht über 4 Z. zunehmen. Man hat gern die Graben von 4 F. — 16 F. Weite, dann muß er aber 36 F. lang sein. 1 F. Tiefe ist hinlänglich. Der Absprungsbord muß fest, die Niedersprungsseite weich und, wenn dies nicht, wenigstens flach abgearbeitet sein.

Sprungveränderungen.

a. vorwärts (Vorwärtssprung).

b. seitwärts (Seitwärtssprung).

rechts.

links.

c. schräge (Schrägsprung), wobei der Anlauf aber

rechts. grade geschieht.

links.

d. drehend (Drehsprung), wobei der Springer sich

rechts. ganz um seine Achse dreht; was

links. erst auf der Stelle (als Standsprung) geübt werden muß.

e. rückwärts (Rücksprung).

Alle

Alle diese Sprünge können vom Stande, mit Vorsprung und mit Anlauf vollführt werden; rückwärts aber allein von der Stelle. Bei allen, die ohne Anlauf gemacht werden, können die Hände auch an die Hüften angelegt werden.

Das beste Maaß bei der Sprungweite ist die eigne Leibeslänge des Springers. Zwei Leibeslängen lernt fast ein jeder springen, $2\frac{1}{2}$ Leibeslängen sind schon ein guter Sprung, und drei ein außerordentlicher.

Zur Übung wird der Weitensprung am besten um die Wette gemacht.

2. Der Höhensprung.

Springzeug: Springel (der): besteht aus zweien mit durchgebohrten Löchern versehenen Pfählen, durch die hölzerne Pflocke oder eiserne Bolzen gesteckt werden, über welche man durch Sandbeutel straff gezogene Schnüre legt, die bei der leichtesten Berührung abfallen. Die Schnüre müssen wo möglich roth sein, und schon im Stoff gefärbt. Die Lochpfähle sind 6 F. hoch und stehen 8 F. aus einander. Die Löcher fangen 1 F. 2 Z. über der Erde an, und sind 2 Z. von Mittel zu Mittel entfernt.

Die Bahn zum Anlauf muß hier, wie bei allen Arten des Sprunges, fest und eben sein. Am be-

sten

sten ist es, wenn sie sich ein wenig neigt, und kurz vor dem Aufsprungsort wieder etwas hebt.

Die Sprungveränderungen: sind wie beim Weitensprung. Das beste Maaß ist auch hier die eigne Leibeshöhe. Die vorzüglichsten Sprunghöhen sind:

Knöchelhoch,

Wadenhoch,

Kniehoch,

Schenkelhoch, zwischen Knie und Hüfte;

Hüfthoch,

Nabelhoch,

{Herzhoch,
{Brusthoch, bis zur Brusthöhle oder Herzgrube;

{Halshoch, bis zur Halsgrube;
{Schulterhoch,

Kinnhoch,

Mundhoch,

Nasenhoch,

Augenhoch,

Stirnhoch, bis zum Anfang der Haare;

Scheitelhoch. — —

Brusthoch lernen bei einiger Übung die meisten Menschen springen; scheitelhoch nur sehr wenige.

Der

Der Sprung in die Weite und Höhe:

ist aus den beiden abgehandelten Arten zusammengesetzt. Man kann ihn an einem gewöhnlichen Springel üben; besser ist es aber, wenn man einen Springel mit Füßen hat, den man in den Springgraben setzen kann; denn hierdurch kann man immer besser die Weite des Absprungsortes von der Schnur bestimmen.

3. Der Tiefensprung.

Vorrichtung: Ein beinah senkrecht abgestochner Hügel, oder in dessen Ermangelung: ein Gerüst von 3 — 10 F. Höhe. Eine 24 — 36 Fuß lange Bohle, die ohne zurückschnellende Prellweiche wohlbefestigt auf etwa 4 — 6 Ständern ruht, von denen der niedrigste 3 F., der höchste 10 F. hoch, ist hinreichend. Der Niedersprungsort muß weicher Boden sein. — —

Jeder Tiefensprung geschieht nur von der Stelle, nicht mit Anlauf; ein richtiger Niedersprung ist dabei die Hauptsache. Er muß sehr auf die Zehen und mit nachgebenden Knieen geschehen, jedoch müssen bei Berührung der Erde die Kniee noch wenig gebogen sein, damit sie nicht zu rasch nachgeben, und dadurch, wenn der Oberleib stark vorfällt, wohl gar gegen das Kinn stoßen.

In die Tiefe und Weite darf man nur mit großer

Vorsicht und von geringen Höhen springen; ein Bach oder Graben mit ungleichen Ufern ist dazu sehr passend.

Zur Übung darf man die Sprungtiefe von 2 Leibeshöhen nicht überschreiten.

B. Das Stabspringen.

Springzeug: Springel (der) (s. Platte 1, Zeich. A), wie beim Freisprung, nur müssen die Lochpfähle 10 F. hoch sein und eben so viel von einander abstehen. Die Löcher sind 3 Z. aus einander und fangen 2 F. 3 Z. über der Erde an. An der auswendigen Seite jedes Lochpfahles muß in einer Höhe von 2 F. ein Tritt (Knagge) angebracht werden, zum bequemern Höherstecken (Lochen) der Bolzen.

Springgeräth: Springstäbe: junge getrocknete und geschälte Kiefstämme von 7 — 11 F. Länge und verhältnißmäßiger Stärke, so daß jeder seinen Springer mit Sicherheit trägt. Das untere (dicke) Ende wird etwas zugespitzt, damit es desto fester im Boden haftet.

Die Bahn ist wie beim Freisprung, nur muß etwa $1\frac{1}{2}$ F. vor der Schnur eine kleine Grube zur Einsetzung des Stabes gemacht sein, oder wenigstens der Erdboden aufgelockert werden.

Stab-

Stabhaltung: die eine Hand faßt den Stab oben, den Daumen nach oben, die andre den Stab nach dem dicken untern Ende zu, den Daumen nach unten. Es läßt sich auf diese Art immer geschickter springen, als wenn der Daumen der untern Hand nach oben steht. —

Hauptaugenmerke sind: der Fuß, der an der Seite der unteren Hand ist, muß jedesmal den Abstoß geben; wenn also die linke Hand unten ist, der linke Fuß. Das Aufsetzen des Fußes geschieht immer ein Paar Fuß hinter dem Stabe, — je nachdem der Sprung hoch ist —, aber immer zu gleicher Zeit mit demselben. Die Beine gehen an der entgegengesetzten Seite des abstoßenden Fußes, also wenn dieses der linke war, rechts an dem Stabe in die Höhe, und schwingen sich geschlossen so hoch als möglich voran, der untere Arm streckt sich, die Brust kommt nahe an den Stab, und der Körper dreht sich so herum, daß man beim Niedersprung nach dem Anlaufe hinsieht.

Um die Schwingung der Füße und die Haltung des Gleichgewichts zu lernen, muß der Turner erst den Stab in den Graben setzen und von der Stelle springen; und dann erst ganz kurze Anläufe nehmen, um das richtige Einsetzen des Fußes zu lernen. Der Stab muß immer gerade in der

Rich-

Richtung des Sprunges eingesetzt werden, und sich dann in einer senkrechten Ebene bewegen. — Das Rechts- und Linksspringen ist auch hier bald zu lernen; wenn das richtige Einsetzen des Fußes einige Schwierigkeit macht, so kann man sich auch hier im Anfange des Galoppanlaufs bedienen. Eine Hauptsache ist, daß der Stab beim Anlauf in die Richtung des Sprunges und wagerecht gehalten wird; das schiefe gesenkte Halten und nachherige Seitwärtsreißen beim Einsetzen hemmt den Schwung und bringt aus dem Gleichgewicht.

Sprungveränderungen:

1. In die Weite: über den Springgraben.

a. von der Stelle, für Anfänger.

b. mit Anlauf. Das starke Vorauswerfen und Strecken des ganzen Leibes ist hier durchaus nothwendig, um einige Weite zu erlangen.

2. in die Höhe: über die Springschnur; ist die schwerste Art.

a. mit Zurücklaß des Stabes; die gewöhnlichste.

b. mit Hinübernahme des Stabes; erfordert viele Übung.

Die Höhe des ausgestreckten Armes bis zu den Fingerspitzen giebt hier das Maaß eines guten

Sprun-

Sprunges. Die ganze Drehung des Springers um seine Achse ist beim Höhensprung ein schweres Stück.

Der Stabsprung in die Weite und Höhe muß auch im Springgraben geübt werden. Die Höhe kann man durch die vorgehaltene Schnür beurtheilen, doch wird diese immer durch den Stab weggerissen werden.

3. In die Tiefe: bloß vom Stande. Die Hände fassen den Stab so tief als möglich, und können im Sprunge selbst noch tiefer gleiten, um einen sanfteren Niedersprung zu bewirken. Die Drehung des Körpers ist hierbei unnütz.

In die Tiefe und Weite: ein sehr gewaltsamer Sprung, darf daher nie von großer Höhe geschehen. Die Drehung muß hier wieder Statt finden. —

Eine leichte und bequeme Art des Stabsprunges ist die mit zweien Stäben, zwischen denen man durchspringt. Sie ist als Turnübung eigentlich zu leicht, und verdient nur in folgender Art geübt zu werden, wo sie besonders heilsam für das Kreuz ist. Man setzt beide Stäbe in die Mitte eines 3 — 4 F. tiefen Grabens, faßt sie in der Schulter- oder Scheitelhöhe, schwingt sich zwischen beiden hindurch, macht bei Berührung des jenseitigen Ufers bloß eine Kniebeugung und schnellt sich sogleich wieder rückwärts. Diese Bewegung, öfter fort-

gesetzt, ist, besonders wenn der Graben 8 F. 10 Z. und mehr breit ist, sehr angreifend.

Alle Sprünge können, wie die Gänge und Läufe, Ledigsprünge und Lastsprünge sein, wobei aber, wie dort, Arme und Hände stets lastfrei sein müssen.

IV. Schwim-

IV. Schwingen.

Das Schwingen gehört zum gemischten Sprunge, indem der Schwung, den der Körper durch einen Abstoß der Füße erhält, durch das Aufsetzen der Hände unterstützt wird. Der Gegenstand, auf den die Hände aufgesetzt werden, muß immer fest sein. Man geht nun aber weiter, und rechnet nicht nur alle Sprünge, die den Turner mit Aufsetzung der Hände auf die zu dieser Übung bestimmte Vorrichtung, oder über sie hinweg bringen, zum Schwingen; sondern auch alle Veränderungen, die der Turner auf derselben vornimmt.

Das Schwingen, eine der vorzüglichsten Leibesübungen, wirkt fast auf alle Theile des Leibes gleich heilsam; stärkt besonders Arme und Beine, Bauch- und Rückenmuskeln, befördert sehr die Gelenkigkeit, und bildet außerordentlich den körperlichen Anstand.

Da das Schwingen so wichtig, und so sehr als Kunst ausgebildet ist, so verdient es, daß man ihm, so wie dem Fechten, eigne Stunden in Schwingsälen widmet. Hiezu eignet sich besonders der Winter, wo wegen der

Witterung ohne dies die Übungen im Freien meist aus=gesetzt werden müssen, bis es Turnhäuser giebt.

Schwingzeug: Schwingel (der), eine dem Pferde ähnliche Vorrichtung, die, wenn man sie polstert, mit Pferdehaut überzieht und ihr noch mehr das Pferdeansehen giebt, auch Schwingpferd genannt wird. *) — Der Schwingel (s. Platte 1, Zeichn. D.) ist für Turner von 15 Jahren und darüber 6 F. lang und etwa 18 Z. dick, oben in gerader Linie abgearbeitet, gegen den Kopf zu etwas an Stärke abnehmend, jedoch hier, wie am Hintertheile überall rund.

Gut ist es, wenn der senkrechte Durchmesser etwas höher als der wagerechte ist. Das Kreuz hat 2 F. Länge, der Sattel mit Pauschen (die Sattelbogen, als Handgriffe) 1 F. 8 Z., und der Hals 2 F. 4 Z.. Die Pauschen sind $3\frac{1}{2}$ Z., höchstens 4 Z. hoch, und $2\frac{1}{2}$ — 3 Z. dick; sie müssen oben rund und nach unten etwas an Stärke abnehmend sein, so daß man sie fest halten kann; auch dürfen sie an keiner Seite überstehen, sondern müssen dünn auslaufen. Sie werden, von gutem Holze gemacht, in den Schwingel etwas eingelassen und mit großen Nägeln befestigt. Die Beine werden etwa 1 F. vom hinteren, und

*) S. den Anschlag des Turngeräthes (Abschnitt 2, II).

20 Z. vom vorderen Ende tief eingestämmt, und beson-
ders nach vorn schräg gestellt. Sie dürfen höchstens 4 Z.
über die Seiten des Schwingels überstehen und wenn
man sie 6 — 8 F. in die Erde setzt, was auf dem Turn-
platz immer geschehen muß, so können sie noch enger sein.

Bei einem Schwingpferde (s. Platte 1, Zeichn.
E.) läßt man das Kreuz vom Sattel nach dem
Schwanze zu 1 Z. aufsteigen, den Hals vom Sattel an
nach dem Kopfe zu soviel, als die Höhe der Pauschen
beträgt (2 — 4 Z.). In der Dicke läßt man das Pferd
am Kreuz bis 20 Z. zunehmen, am Kopfe bis 12 Z., höch-
stens 10 Z. abnehmen. Das Polstern geschieht so: der
ganze Block wird mit Leinwand überzogen; auf diese
werden Haare genäht, am besten Pferdhaare; darüber
kommt wieder Leinwand, und über diese die gegerbte
Pferdehaut, ohne Haare — denn mit diesen wird sie nie
weich genug —. Das ganze Polster wird $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Z.
stark. Auf dieses werden nun die Holzpauschen (Ptte 1,
Zeichn. F.) $\frac{5}{4}$ Z. stark, 3 Z. hoch, jede mit 3: 8 — 9 Z.
langen und $\frac{3}{8}$ Z. starken Schrauben befestigt. Auf die
Pauschen wird eine $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Z. starke ausgestopfte leinene
Wulst gelegt; die Seitenwände der Pauschen werden
nun ebenfalls mit Haaren belegt und das Ganze mit
Leinwand überzogen, so daß die oben beschriebene Ge-
stalt herauskömmt. Das Leder, welches man zum Über-
ziehen der Pauschen nimmt, muß weich und dauerhaft sein.

Da das Schwingpferd zum Hoch- und Niedrigstellen fein muß, so bestehen die Beine aus Röhren und Schiebern (Platte 1, Zeichn. G.). Jede Röhre ist aus vier $\frac{5}{4}$ zolligen Brettern zusammengesetzt; die Kanten müssen sorgfältig abgenommen werden, so daß das Ganze eine runde Gestalt bekommt. Die Röhren müssen 6 — 8 Z. in den Block gehen und fest eingekeilt werden, unten hält sie ein eiserner Ring zusammen. Die Schieber haben 2 Z. im Gevierte und müssen genau passen. In diese werden 6 — 7, $\frac{1}{2}$ zollige Löcher gebohrt, die 2 Z. über der Erde anfangen, und immer 2 Z. aus einander sind. Die Bolzen, welche man durch diese von auswendig nach inwendig steckt, erhalten einen Knopf, der das Durchgleiten verhindert. Kann man es daran wenden, die Schieber von Eisen schmieden zu lassen, so ist dies bei weitem besser; sie brauchen dann nur $1\frac{1}{2}$ — $1\frac{3}{4}$ Z. im Geviert zu haben.

Dem Schwingel eine ganz pferdähnliche Gestalt zu geben, ist nur erlaubt, wenn dadurch nicht seiner Brauchbarkeit geschadet wird.

Die vorher angegebenen Maaße muß der Schwingel haben, nachdem er gepolstert ist. Alle Ecken, Kanten, hervorstehende Nägel, Schnallen und Näthe müssen auf das sorgfältigste vermieden werden.

Das Sattelkissen (Platte 1, Zeichn. E, a), welches auch jeder Schwingel mit Pauschen bekommt, ist $\frac{1}{2}$ Z.

dick

dick, und geht beinahe bis unter den Bauch, wo es umgeschnallt wird. —

Wenn das Schwingpferd auf dem niedrigsten Stande 3 F. 8 Z. Höhe hat, so können sich schon 11 — 12 jährige Knaben daran üben, und auch Erwachsenere.

Soll ein Schwingel bloß für 8 — 12 jährige Knaben sein, so kann man ihm nach den im Anschlage (Abschn. 2, II.) angegebenen Verhältnissen verkleinern.

Die passendste Schwinghöhe für einen Jeden ist: etwas geringer als seine eigne Schulterhöhe.

Zustände des Schwingens:

a. der Stand.
b. der Lauf.
c. der Sprung.
d. der Stütz.
e. der Sitz. *)
f. der Schluß.
g. die Schwebe.
h. der Hub.
i. der Schwung.

*) Der Sitz soll beim reinen Schwingen eigentlich nicht vorkommen, und kann nur Anfängern bei wenigen Sprüngen erlaubt werden.

Vorübungen.

1. Hüpfen.
2. Hocken.
3. Grätschen.
4. Spreizen.
5. Kreuzen.
6. Hurten.
7. Heben.
8. Wippen.
9. Hockwippen.
10. Handeln.

Die fünf ersten Vorübungen können sowohl frei, als am Schwingel geübt werden; die fünf letzten bloß am Schwingel. —

Von

Von der freien Übung:

1 u. 2. Die zwei ersten sind Springvorübungen; und Fertigkeit in ihnen wird bei jedem Schwinglustigen vorausgesetzt. — Unter Hüpfen wird hier bloß das mit nachgebenden Knieen (Kniebeugen), und unter Hocken das Springhocken verstanden. —

Die eigentlichen Schwingvorübungen, so frei geübt werden, haben besonders zur Absicht, die Biegsamkeit der Hüftgelenke zu befördern.

3. Grätschen (das) heißt die Bewegung beider Schenkel zu gleicher Zeit nach beiden Seiten. — Zuerst stellt man sich an einen Stuhl oder anderen festen Gegenstand, wo man die Hände auflegt, um das Ausgleiten zu vermeiden, und läßt nun die Beine langsam aus einander; die Füße werden dabei einwärts gehalten, die Kniee gestreckt, und die Sohlen auf die Erde gedrückt. Diese Übung darf nie gewaltsam getrieben werden, man muß sie aber oft wiederholen.

Hat man hierin Fertigkeit erlangt, so geschieht die Übung im Sprunge, d. h. man hüpft — die Hände an die Hüften gelegt — in die Höhe, grätscht in der Luft, und kommt mit geschlossenen Beinen wieder zur Erde, springt sogleich wieder auf u. s. w.

4. Spreizen (das) heißt die Bewegung eines Schenkels

im

im Hüftgelenk, nach allen Seiten, während das andre Bein auf der Erde stehen bleibt. Bei allem Spreizen als Vorübung müssen bei vollkommener Streckung der Kniee die Fußspitzen angezogen (gegen den Leib), und die Füße einwärts (d. h. gleichlaufend) gehalten werden, um die Spannkraft der Sehnen in den Hüft- und Kniegelenken desto mehr zu befördern. —

a. vorwärts: mit einem Bein nach dem andern. Das Knie des Stehbeines ist hier immer sehr geneigt, sich zu biegen, so wie die Fußspitze des Spreizbeines sich zu strecken.

b. seitwärts: die schwerste, aber auch wichtigste Art. Die Beine dürfen hier nicht im mindesten nach vorn oder hinten abweichen, und der Oberleib sich nicht nach dem Beine drehen und schwanken; die Beine müssen wenigstens einen rechten Winkel mit einander bilden.

c. rückwärts: die kleinste Bewegung, wobei das Kreuz sehr nachgeben muß. Hier muß man sich nicht durch Vorneigen des Oberleibes, oder Krümmen der Kniee helfen wollen.

Es giebt nun noch eine zusammengesetzte Spreizart, nämlich nach vorn im Bogen: von inwendig nach auswendig, oder umgekehrt. Man übt dies über einen Gegenstand, z. B. einen Stuhl, so wie

man

man Beinkleider versucht, ob sie gehörigen Schritt haben. Der Oberleib darf der Bewegung des Beines nicht folgen, und das andre Bein muß fest stehen. Dieses Spreizen kommt beim Schwingen häufig vor.

5. Kreuzen (das) ist ein Grätschen im Sprunge, wobei beim Niedersprunge die Füße immer abwechselnd gekreuzt werden. Je mehr man grätscht, kreuzt und das Gleichgewicht hält; desto besser ist die Ausführung.

Vorübungen am Schwingel.

Bei den fünf ersten Vorübungen gelten folgende allgemeine Bestimmungen.

a. Der Turner tritt mit gerader Haltung und geschlossenen Füßen so dicht wie möglich an den Schwingel, aber ohne ihn zu berühren; die Hände fassen die Mitte der Pauschen, die Ellenbogen sind nach oben gerichtet.

b. Aus dieser Stellung wird der Körper vermittelst eines Abstoßes der Füße, mit Hülfe der Hände, so weit senkrecht in die Höhe geschnellt, bis die Arme gestreckt sind.

c. Hat der Körper diese Höhe erreicht, so sinkt er sogleich wieder senkrecht zur Erde, berührt dieselbe nur einen Augenblick, und fährt so in der Bewegung fort. Gewöhnliche Fehler hiebei sind: das Vorfallen des Oberleibes und Zurückwerfen der

Bei-

Beine, die Nichtstreckung der Arme, oder das Ziehen an den Pauschen, wobei die Ellenbogen sinken, statt des bloßen Druckes nach unten. —

Beim Hocken allein ist es nicht möglich, den Oberleib ganz senkrecht zu halten; nur muß man mit den Knieen nicht an den Schwingel stoßen, und diese recht über den Sattel bringen.

Beim Spreizen, welches hier bloß seitwärts und immer wechselbeinig geschieht, muß man sehr darauf sehen, daß das jedesmalige Hangbein recht senkrecht bleibt, und nicht mitspreizt.

6. Hurten (das). Man hüpft in die Höhe, läßt, sobald die Arme gestreckt sind, die Beine gegen den Schwingel fallen, und bleibt im Stütz.

Aus dieser Haltung werden nun die Beine, ohne Krümmung der Kniee, bloß durch einen Ruck aus dem Kreuze, beide gleichzeitig etwa eine Spanne vom Schwingel abgestoßen oder abgeworfen; und diese Bewegung öfter wiederholt.

7. Heben (das). Der Turner hüpft in den Stütz, wie vorher, und sitzt auf, wenn auch noch nicht kunst- und schwinggerecht. Er setzt nun beide Hände so auf die erste (vordere) Pausche, daß der Daumen nach vorn, die 4 Finger der Hand nach hinten stehen, die Ellenbogen sich einander möglichst nähern und ganz gestreckt sind. Er läßt nun die Füße

vom

vom Sattel los und ist so, weit grätschend, mit gestreckten Beinen, in der Schwebe. Aus dieser Haltung hebt er nun den Leib, durch Einziehen des Unterleibes, so hoch als möglich, läßt sich dann wieder hinunter, biegt die Ellenbogen und senkt sich so tief, daß er beinah mit den Oberschenkeln den Sattel berührt; hebt sich wieder und macht diese Bewegung mehrere Male hinter einander, immer ganz langsam ohne den mindesten Schwung.

8. Wippen (das). Der Turner ist in der Schwebe, wie vorher, wobei immer die Hände so nah zusammen stehen müssen, daß sie sich beinah berühren. Er bringt nun die Beine in Schwung, und wirft sie gleichmäßig nach hinten, wobei das Kreuz, und nach vorn, wobei der Leib eingezogen wird. Je höher und ebenmäßiger die Schwingungen, desto besser das Wippen. Ein Geübter schlägt hinten und vorn mit den Füßen zusammen, wobei die Beine aber immer gestreckt bleiben müssen.

9. Hockwippen (das). Der Turner ist auf der hinteren Pausche in der Schwebe, zieht die Beine mit einem Ruck an und setzt sie beide vor sich in den Sattel; läßt sie wieder in die Schwebe sinken, und setzt sie hinter die Hände auf's Kreuz. u. s. w. Die Sohlen müssen fest aufgesetzt, und die Füße geschlossen werden. Wer diese Übung von und auf

der

der Pausche kann, macht sie vom Kreuze aus, wobei die Hände dicht hinter die Pausche gesetzt werden.

10. Handeln (das) heißt in der Turnsprache immer, sich im Stütz oder in der Schwebe in aufrechter Stellung des Oberleibes auf den Händen weiter bewegen. Der Turner stellt sich hinter den Schwingel, setzt die Hände dicht neben einander auf das Kreuz (die Daumwurzeln neben einander, die andern 4 Finger jeder Hand nach auswärts), und hüpft in die Schwebe; und in derselben bewegt er sich nun mit kurzen Griffen über den ganzen Schwingel fort. Die größte Schwierigkeit findet man an den Pauschen. — Das Handeln in der Schwebe (das Schwebehandeln) wird vor- und rückwärts, das Handeln im Stütz (Stützhandeln) rechts und links geübt.

Schwingregeln.

1. Beim Schwingen, so wie bei allen Turnübungen, muß alles rechts und links geübt werden. — Ein Sprung heißt rechts, wenn das rechte Bein die schwerste, erste oder Hauptbewegung macht, oder wenn dasselbe oder die ganze rechte Seite des Schwingers vorangeht. — Die Seite des Schwingels oder Schwingpferdes entscheidet nicht.

2. Die senkrechte Haltung des Kopfes und Leibes muß

bei

bei allen Bewegungen gesucht und beobachtet werden, so wie die Streckung der Knie- und Fußgelenke, wenn die Biegung nicht gerade Erforderniß des Sprunges ist.

3. Wie bei allem Springen geschieht der Aufsprung mit, und der Niedersprung auf Zehen und Ballen.

4. Wenn ein Sprung wiederholt wird, so darf bei dem jedesmaligen Niedersprunge der Schwinger auch keinen Augenblick auf der Erde verweilen, viel weniger öfter aufspringen, sondern muß sich sogleich wieder in die Höhe schnellen.

5. Nach einem gemachten Aufsitzen soll sich der Schwinger im Schluß, nicht im Sitz befinden, weil nur der Schluß dem Körper eine bestimmte gute Haltung, und besonders beim Absitzen eine feste Unterstützung giebt. Der Schluß ist folgender: der Oberleib ist gerade, das Kreuz eingezogen, die Hüftgelenke, welche beim Sitz nach vorn gebogen sind, werden so gestreckt, daß die Schenkel in senkrechter Richtung unter dem Leibe hangen. Dadurch entsteht zwischen dem Sattel und der Spalte ein Zwischenraum, in den man gerade eine Hand bringen kann. Ist dieser größer, so ist der Schluß zu angestrengt.

6. Fast alle Sprünge können gemacht werden:

a. vom Stande, b. mit Vorsprung, c. mit Anlauf.

a. Bei der ersten Art liegen die Hände schon früher auf dem Schwingel und heben den Leib gleich nach dem Abstoß.

b. Der Vorsprung geschieht immer — einige Sprünge mit Einer Hand ausgenommen — mit geschlossenen Beinen und Füßen, nicht zu nahe am Schwingel.

c. Der Anlauf darf nicht größer als 8 — 10 Schritt sein, und wird durch den Vorsprung geendigt. Wichtig, für den Anfänger aber schwierig ist nun das rechtzeitige Aufsetzen der Hände nach dem Vorsprung, besonders bei den Hintersprüngen. Der Vorsprung darf nur leicht und flach über der Erde geschehen, die ganze Kraft wird in den Aufsprung gelegt.

Durch den Vorsprung wird der starke Schwung, den der Körper durch den Anlauf bekam, gehemmt; der Oberleib fliegt also vor und die Beine bleiben zurück. Diese Bewegung wird durch den Aufsprung verstärkt, der die Schultern des Schwingers schon allein über das Kreuz des Schwingels oder Schwingpferdes bringt. In diesem Augenblick also nach dem Aufsprung werden beide Hände, nahe zusammen, weit vorwärts, leicht, doch fest auf das Pferd gesetzt, aber nicht aufgeschla-

schlagen. Diese unterstützen nun den Schwung des Körpers nach vorn; in dem Augenblick aber, wo die Schultern über dem Aufsetzungspunkt angekommen sind, geben sie einen starken Abstoß. — Diese richtige Anwendung der Regeln ist es, welche Riesensprünge über 7 bis 8 F. lange Schwingel und Schwingpferde möglich macht.

Abkürzungen:

r. = rechts, H. = Hand, B. = Bein, P. r. = Vorderpausche, l. = links, F. = Fuß, S. = Sattel, P. 2. = Hinterpausche.

Alle Sprünge beim Schwingen theilen sich A. in einfache Sprünge und B. in Geschwünge.

A. Einfache Sprünge,

die nur aus den Vorübungen und ganz einfachen Bewegungen bestehen, und von denen keiner in dem andern enthalten ist.

Je nachdem sie von der Seite oder von hinten gemacht werden, sind es, wie folgende Übersicht lehrt,

a. Seitensprünge	b. Hintersprünge.
1. Erstes Aufsitzen und 1tes Absitzen.	1. Wippe.
	2. Spreize.
2. Zweites Aufsitzen und 2tes Absitzen.	3. Jungfernsprung.
	4. Spille.
3. Jungfernsprung.	5. Schraube.
4. Kehre.	6. Katzensprung mit Abhüpfen oder Dreh-
5. Wende.	6. Schee-

6. Scheere.
7. Mühle.
8. Hocksprung.
9. Nadel.
10. Gaffel.
11. Grätschsprung.

sprung, Scheere und Abwippen — oder mit
7. Affensprung — oder mit
8. Froschsprung.
9. Kehre.
10. Wende.
11. Riesensprung:
vorwärts.
rückwärts.

a. Die Seitensprünge.

1. Das erste Aufsitzen. Der Turner hüpft in den Stütz, spreizt das r. B. bis zum r. Winkel, läßt die r. H. los, und dreht nun B, und Leib zu gleicher Zeit herum, bis das Gesicht nach dem Kopf des Pferdes steht; die r. H. greift vor in den Sattel, und das r. B. schließt sanft.

1stes Absitzen. Die r. H. bleibt im Sattel, das r. B. und der Leib drehen sich gleichzeitig zurück, und die r. H. ist schon früher auf P. 2, als das r. B. an das l. B. anschließt. Der Körper bleibt einen Augenblick im Stütz, und macht dann den Niedersprung.

2. Das zweite Aufsitzen. Der Turner hüpft in den Stütz; die r. H. läßt das r. spreizende B. durch, und nimmt sogleich wieder ihre Stelle ein, so daß sie einen sanften Schluß bewirkt.

2tes Absitzen. Die r. H. geht auf P. 2.; Leib und B. drehen sich wie vorher, die r. H. macht dem B. Platz, und nimmt sogleich wieder ihre Stelle ein. Das Gewicht des Körpers muß während der Bewegung ganz auf den vordern Arm gebracht werden. —

Gewöhnlich sitzt man rechts auf, l. ab; links auf, r. ab: und wiederholt dies noch einmal; und zwar erst mit dem ersten und wenn die Schwingriege durch ist, mit dem zweiten Auf- und Absitzen.

Da es den Anfängern schwer wird, Bein und Leib zugleich zu drehen, auch viele zu bequem sind; so läßt man es anfangs so machen, daß nach dem Überschwunge des B. die H. in den S. faßt, das B. aber nicht schließt, sondern bis an den Hals vor- und sogleich zurückschwebt.

Der Schwung hilft sehr zur gleichzeitigen Zurücknahme des Fußes, Leibes und der Hand. Dies läßt man 3 — 4 mal rasch hinter einander machen, indem man immer im Stütz bleibt.

3. Der Jungfernsprung. Der Schwinger hüpft in den Stütz und hurtet; indem die Beine das Pferd verlassen haben, wendet sich der Körper ganz nach vorn, das r. B. spreizt vorwärts im Bogen über den Hals hinüber, in den Schluß. Die l. H. verläßt P. 1. bloß so lange, bis das B. durch ist.

Während des Sprunges ist der Oberleib gerade, das Gewicht des Körpers liegt auf dem r. Arm und das l. B. hängt senkrecht.

Absitzen: das B. geht eben so zurück. Der Leib dreht sich erst etwas vom Pferde ab und nachdem das B. über der P. weg ist, wieder gegen das Pferd. Man kann auch bloß mit der r. H. absitzen, was aber bei weitem schwieriger ist.

Der Jungfernsprung wird auch 2 mal hinter einander auf und ab gemacht.

4. Die Kehre. Anfang wie zum Jungfernsprung, aber statt des Einen Beines werden beide geschlossen nach vorn im Bogen gehoben. Der Körper ist in sitzender Stellung nach vorn gerichtet. Nachdem die l. Hand die Beine durchgelassen und wieder auf P. 1. gegangen ist, stoßt die r. H. ab und der Schwinger steht neben P. 1., an der rechten Seite des Pferdes, das Gesicht nach vorn, die l. H. auf P. 1.

5. Die Wende. Der Schwinger hüpft in den Stütz und hurtet, die Beine gehen aber nach hinten (nach d. Kreuz des Pf.) geschlossen in die Höhe; der Oberleib senkt sich gegen das Pferd, der ganze Körper geht gestreckt über das Pferd fort. Die r. H. verläßt P. 2., die l. H. geht von P. 1. auf P. 2. und neben dieser geschieht der Niedersprung.

Die fünf beschriebenen Stücke übt man zwar gewöhnlich am Sattel und von der l. Seite des Pferdes rechts, und an der r. Seite des Pferdes links, so daß bei Beendigung des Sprunges die Stellung nach vorn ist. Zur Übung muß man sie aber auch am Kreuz und Hals machen, und von jeder Seite des Pferdes rechts und links.

6. Die Scheere. Der Schwinger macht die Schwebe auf P. 1., wippt einige Mal, und indem sich die Füße hinten zum Zusammenschlagen nähern, kreuzt er sie, macht eine Drehung mit dem Leibe, stößt mit den Händen ab, und fällt umgekehrt in den Schluß. — Wird gewöhnlich vier Mal gemacht.

7. Die Mühle. Die Hände auf beiden Pauschen, aber Aufsitzen auf das Kreuz, und Schluß mit den Waden. Das r. B. sitzt ab, schließt sich an das l. B. an, und beide schwingen sich geschlossen bis über den Hals. Hier fallen sie aus einander in den Schluß; die Hände werden verwechselt, und die Bewegung einige Male wiederholt; gleich darauf eben so zurück. Die erste Bewegung war rechts, weil das Absitzen oder der Abschwung hier am schwierigsten, und auch die rechte Hand am meisten trägt.

8. Der Hocksprung oder die Hocke. Stütz, hurten, hocken. Die Beine werden zwischen den Armen

men durchgeworfen, mit einem Abstoß wieder zurückgezogen; dieses zweimal hin und her, und endlich wieder durchgeworfen mit Abstoß der Hände und guter Streckung der Beine. Mit Anlauf wird der Sprung bloß vorwärts durch gemacht.

9. Die Nadel. Aufhüpfen, das r. B. geht gebogen um den r. Arm herum, durch den Sattel; das linke Bein und der Leib folgen, und der Schwinger ist umgekehrt im Schluß; er sitzt links nach vorn ab.

10. Die Gaffel. Stütz, das eine Bein hockt durch den Sattel; indem das zweite durchgeht, geht das erste zurück, und sofort.

11. Der Grätschsprung oder die Grätsche. Stütz, hurten, grätschen. Die Hände stoßen ab, und schnellen den Körper hinüber, so daß er auf der r. Seite des Pferdes mit dem Rücken gegen den S. zur Erde kömmt. Mit Anlauf dürfen die Beine und Füße nicht das Pferd berühren.

b. Die Hintersprünge.

1. Die Wippe: heißt jeder gerade Sprung, wobei der Turner in die Schwebe fällt; und sich darin erhält. Stellung der Hände wie bei der Scheere. Man übt sie zuerst auf P. 2., dann auf P. 1.. Das weite Aufsetzen der Hände und gleichzeitige Loslassen, und Ergreifen der Pausche ist durchaus noth-

wen.

wendig. — Durch das Abwippen unterscheiden sich diese Sprünge von den Längensprüngen (s. beim Riesensprung). Die Beine werden im Wippen rückwärts über dem Pferde geschlossen, der ganze Körper kommt in die wagerechte Lage. In diesem Schwunge nehmen die Arme, durch das Zurückschieben des Oberleibes, schon eine schräge Stellung und sind nun um so leichter im Stande, stark abzustoßen. Die Hände kehren sich nun sogleich gegen das Pferd, und gehen dicht geschlossen über dasselbe fort, um die Brust gegen das etwanige Aufschlagen zu sichern. Durch die Streckung des ganzen Leibes und der Beine wird allein das weite und schöne Abwippen möglich.

2. Die Spreize. Aufsprung wie zur Wippe; im Schwunge spreizt das r. B. vorwärts im Bogen über P. 2. fort, die r. H. geht vom Kreuz über das r. B. fort auf P. 2. In diesem Augenblick, wo das r. B. zwischen beiden H. ist, stoßen diese ab, und der Turner macht neben P. 2. mit geschlossenen Füßen den Niedersprung; die r. H. bleibt auf der P. 2. — Die Beine dürfen bei dem ganzen Sprunge das Pferd nicht berühren.

3. Der Jungfernsprung. Gerader Vorsprung, Aufschwung beider geschlossenen B. nach der l. Seite des Pferdes, und Jungfernsprung auf Kreuz, Sat-

tel

tel oder Hals; versteht sich: in Einem Zuge. Absitzen, wie beim Jungfernsprung von der Seite. Die Richtung des Leibes muß bei diesem Sprunge immer nach vorn sein.

4. Die Spille. Gerader Vorsprung, Aufschwung der geschlossenen Beine an die r. Seite des Pferdes. Die r. H. faßt im Schwunge (oder gleich im Anfang, welches aber schwerer) die Pausche 2, das r. B. sitzt auf, schwebt vor, wobei die Brust nach hinten (nach d. Kreuz d. Pf.); und der Turner kommt mit demselben Schwunge wieder auf der Stelle des Vorsprungs, Brust nach vorn, zu stehen.

5. Die Schraube. Aufschwung der B., wie bei der Spille, aber an der l. Seite des Pferdes, so daß das l. B. im S., das r. B. am Kreuz, die linke H. auf P. 2, die r. H. auf dem Kreuz. Die r. H. stoßt ab, der Körper dreht sich um den l. Arm; das r. B. spreizt rückwärts über den Hals, und kommt in den Schluß (Brust nach vorn). Die r. H. faßt sogleich P. 1. mit dem Daumen nach vorn, die l. H. geht auf den Hals (Daumen der P. 1. zu) und es wird r. abgesessen. Das Ganze so rasch als möglich hinter einander.

6. Der Katzensprung: jeder Sprung, bei dem man von hinten zum Stehen auf das Pferd kommt. — Der Aufschwung der Beine ist gegrätscht und gestreckt,

streckt, wie bei der Wippe; dann aber werden sie, wie die Hockwippe lehrt, schnell nach vorn angezogen und vor den Händen auf das Pferd gesetzt. Auf Kreuz, P. 2, S., P. 1, oder Hals. Das schnelle gerade Aufrichten und Feststehen ist eine Hauptsache. Wer viel Schwung hat, muß mit gestreckten Beinen auf das Pferd kommen. Der Absprung kann geschehen:

a. durch Abhüpfen: vom Kreuz, P. 2, S. und P. 1. — nicht vom Halse. Man stellt sich auf die Ballen, springt auf, grätscht sogleich, damit die Füße nirgends einen Anstoß finden, rückwärts über das Pf. fort; schließt dann die Beine wieder und macht den Niedersprung auf der Stelle des Vorsprungs. Die Hände sind dabei vorgestreckt. Vorher kann man auf den Pauschen auch rasch hin und her hüpfen (aber stets nur auf den Ballen);

b. man macht den Drehsprung, d. h. man springt im S. in die Höhe, dreht sich und fällt, das Gesicht nach hinten, in den Schluß hinab. Dann macht man die Scheere, und wippt von P. 1 ab;

c. oder man macht:

7. den Affensprung. Man hockt auf einer Pausche auf den Ballen: die eine H. zwischen beiden Füßen,

die

die andre H. auf der andern P. In dieser Stellung hüpft man einige Mal von einer P. zur andern, indem man die Hände immer verwechselt, sowohl rechts herum, als links zurück. Dann macht man einen Abschwung wie mit der Wende vor sich hin über das Pferd: r., wenn die r. H. vorsteht, und l., wenn die l. H. vorsteht, indem sich die H. beim Niedersprunge, wie bei der Wende verwechseln;

d. oder man macht:

8. den Froschsprung, d. h. man setzt die H. auf den Kopf des Pferdes, und schwingt sich grätschend über dasselbe fort. —

9. Die Kehre. Anlauf und grader Vorsprung. Aufschwung der Beine nach der l. Seite des Pferdes; Kehre rechts, Niedersprung neben P. 2. oder neben P. 1.

10. Die Wende. Aufsprung, wie zur Spille, und dann Wende. Um den rechten Schwung zu erhalten, gestattet man anfangs die Hände auf dem Kreuz zu haben. Eine schöne Ausführung des Sprunges macht aber die r. H. auf P. 2 nothwendig.

11. Der Riesensprung: jeder Sprung von hinten, der Länge nach, über das Pferd. — Da nun aber zur Erlernung dieses Sprunges große Übung gehört,

so

so gehen ihm die Längen- oder Weitensprünge voraus. Jeder Längensprung soll eine Wippe, oder derselben wenigstens ähnlich sein, d. h. die Beine grätschen so weit als möglich, die Hände verlassen die Aufsetz-Stelle, und greifen so weit vor, als der Schwung den Leib führt; so daß dieser in die Schwebe fällt. Ist der Schwung zu stark, so müssen sie wenigstens soviel halten, daß der Schwinger sanft in den Schluß kommt. Das Niederfallen in den Sitz oder Schluß ohne Vorsetzung der Hände ist durchaus nicht zu gestatten.

Der Riesensprung ist zweierlei Art:

a. vorwärts, wobei die H., wenn das Pferd nicht zu hoch, in den Sattel greifen. Noch einmal auf dem Kopf aufsetzen ist erlaubt; besser ist das einmalige Aufgreifen. Der Niedersprung geschieht, wie beim Springen, also etwas vorgeneigt.

b. rückwärts: Im Aufspr. dreht der Schwinger Gesicht und Brust ganz nach hinten, zieht den Leib ein, und hält die Hände vor.

Das Absitzen geschieht:

a. beim Längensprung vorwärts, vom Kreuz oder Sattel: durch gewöhnliches Absitzen, wobei die eine Hand weit vor, die andre dicht vor den Körper gesetzt wird; vom Halse: indem

der

der Schwinger beide H. auf den Kopf setzt und über diesen eine Art Froschsprung mit gestreckten Beinen macht;

b. beim Längensprung rückwärts, vom Kreuz: durch den eben angeführten Spr.; vom Sattel: eben so, oder mit Absitzen beim Jungfernspr.; vom Halse mit Abwippen.

Die Seitensprünge macht man gewöhnlich über dem Sattel und von beiden Seiten des Pferdes, rechts und links, so daß das Gesicht gegen den Kopf des Pf. gekehrt ist. Zur Übung muß man sie aber auch von jeder Seite des Pf. rechts und links über den Hals und Kreuz üben, und oft die Hände nicht die Pauschen greifen lassen.

Man muß ferner die Seitensprünge erst aus dem Stütz üben, dann von der Erde: die bloß auf das Pferd gehenden nur mit Vorspr. und Anlauf, die hinüber gehenden mit beiden.

Bei der ersten Art sind vier wesentliche Verschiedenheiten:

1. Man ist im Stütz nach jedem Auf- und vor jedem Niedersprunge, nach jedem Ab- und vor jedem Aufsitzen.

2. Man macht das Aufsitzen in einem Zuge, ist aber nach jedem Absitz oder vor jedem Niederspr. im Stütz.

3. Man macht das Absitzen in einem Zuge, ist aber vor jedem Aufs. und nach jenem Aufspr. im Stütz.

4. Man macht Auf- und Absitzen in einem Zuge ohne Stütz.

Viele der angeführten Sprünge können aber auch mit einer Hand gemacht werden, und dies giebt die Abtheilung der

Fechtsprünge
oder
Sprünge mit einer Hand.

Diese haben das Eigenthümliche, daß die meisten, Katzen-, Frosch- und Riesensprung ausgenommen, auch mit einem Fuße ausgeführt werden. Bei denen von der Seite wird die Stellung und der Anlauf immer schräg genommen.

1. Aufsitzen: mit l. H. und r. F. } der Fuß, mit r. H. und l. F. } der nicht den

2. Jungfernsprung: } Sprung

mit r. H. und r. F. } von d. Seite } macht,

mit l. H. und l. F. } u. v. hinten. } stoßt ab.

3. Kehre:

rechts, wo der linke F. abstoßt. } von d. Seite

links, wo der rechte F. abstoßt. } u. v. hinten.

4. Wende von der Seite:

rechts, wenn der l. F. abstoßt.

links, wenn der r. F. abstoßt.

5. Wolfsprung: zwischen Hocksprung und Kehre.
   rechts, wenn der l. F. abstoßt.
   links, wenn der r. F. abstoßt.

Ein reiner Hocksprung mit Vorsprung und gradem Anlauf läßt sich ausführen, wenn das Pferd sehr niedrig ist.

6. Katzensprung: mit r. H. } Gerader Anlauf und
   mit l. H. } Vorsprung.

7. Froschsprung: mit r. H.
   mit l. H.

8. Riesensprung: vorwärts } rechts.
   rückwärts } links.

B. Die Geschwünge.

Man kann der Geschwünge oder zusammengesetzten Sprünge sehr viele machen; die vorzüglichsten sind aber folgende:

1. Kreis.
2. Gewundener Jungfernsprung.
3. Vorschweben auf beiden Pauschen.
4. Rad auf 2 Pauschen } mit Kehre und
5. Uhrwerk } Wende.
6. Kehrschwung und Spille.
7. Bratenwender.
8. Rad auf einer Pausche.
9. Finte.

10. Hexensprung.

11. Doppelkehre.

12. Kehrschwung und Wende.

Beschreibung.

1. Der Kreis. Das r. B. macht das 2te Aufsitzen, uud, ohne den S. zu berühren, das Absitzen zum Jungfernspr., Niedersprung und dann Jungfernspr. und 2tes Absitzen, Niedersprung: — und nun das linke Bein dasselbe.

2. Der gewundene Jungfernsprung. Kehrschwung links auf das Kreuz; das r. B. macht die Nadel, das l. B. Absitzen zum Jungfernsprung.

3. a. Das Vorschweben auf beiden Pauschen. L. H. auf P. 2, r. H. auf dem Kreuz. Das r. B. schwingt sich auf, die r. H. geht auf P. 2, mit dem Daumen nach vorn; indem das r. B. abschwebt, geht l. H. auf P. 1, Niedersprung und Kehre r. über den Hals. — Links, von der r. Seite des Pferdes. Das Vorschweben des Beines muß bis über das Pf. gehen.

b. Jungfernsprung mit Vorschweben, Niedersprung und Kehre oder Wende, und eben so zurück.

4. Das Rad auf zweien Pauschen. Beide H. auf beiden P., das r. B. schwingt sich auf, und schwebt vor, indem die r. H. auf P. 2. stehen bleibt und

das

das l. B. fest am S. liegt. Das r. B. schwebt zurück und der Turner macht die Kehre r. oder die Wende links.

5. Das Uhrwerk: Kehrschwung l. über P. 2, aber so, daß die r. H. bloß das l. B. durchläßt, und ihren Platz zwischen beiden Beinen nimmt. Dann Zurückwerfen des l. B. aus der Schwebe über den Sattel, indem sich die l. H. lüftet, und nun das Rad rechts.

6. Kehrschwung und Spille. Beide H. auf beiden P., Kehrschwung r. auf den Hals, die r. Hand geht auf P. 1. neben die l. H., das l. B. macht Spille oder vielmehr Aufsitzen und dann l. das 2te Absitzen; dann eben so Kehrschwung r. auf das Kreuz und wieder Auf- und Absitzen links, alles im Stütz, und endlich Kehre rechts.

7. Der Bratenwender. Schwebe auf P. 2, der Daumen der r. H. nach vorn, der l. H. nach hinten; die Beine gehoben und grätschend. Der Körper dreht sich über die P. herum, die Hände folgen der Bewegung.

8. Das Rad auf Einer Pausche. Stellung der Hände und des Körpers auf P. 2. wie zum Vorschweben, aber statt dessen die Kehre.

9. Die Finte. Kehrschwung l. auf das Kreuz, statt des Vorschwebens; und nun zurück das Rad.

10. Der Hexensprung: ein öfters fortgesetzter Kreis über dem Sattel, der mit Vorschweben anfängt, und mit dem Jungfernspr. endigt; nach diesem und vor dem Absitzen, muß immer etwas angehalten werden, um einen andern Schwung zu gewinnen.

11. a. Kehrschwung mit Jungfernsprung und 2tes Absitzen, als Vorübung zur Doppelkehre.

b. Die Doppelkehre: Kehre r. über den Hals auf, und Kehre zurück über das Kreuz ab, in einem Zuge. Niedersprung auf der Stelle des Aufsprunges.

12. Kehrschwung und Wende: die l. H. auf P. 1, die r. H. auf dem Hals, Kehrschwung l. und Wende r. über den Sattel zurück.

Es folgen hier noch mehrere einfache Sprünge, welche, obgleich sie nur Abarten von den angeführten sind, doch auch geübt werden müssen; ferner mehrere fortgesetzte Sprünge, welche Kraftanwendung und Ausdauer in einem hohen Grade üben; und endlich einige Doppel- und dreifache Sprünge, wobei der Schwinger die Bewegungen sehr sicher und in seiner Gewalt haben muß, um sie gleichzeitig mit seinen Mitschwingern auszuführen.

a. Einfache Sprünge.

1. Aufsitzen mit beiden Händen auf P. 1, und eben so ab.

2. Jung-

2. Jungfernsprung } aus dem Stütz rücklings.*)
3. Kehre }

4. Jungfernsprung } rückwärts { mit Anlauf.
5. Kehre }

6. Hocksprung mit einem B. und vor- oder rückwärts
ab. Schnell, in Gestalt eines halben Kreises.

7. Hocksprung in den Stand auf das Pferd:
von der Seite und von hinten.

8. Scheeren:
a. beide Hände auf beiden P.; der Körper dazwischen. Scheere nach vorn, Scheere nach hinten;
b. beide H. hinter dem Körper und Scheere nach vorn, wo keine Schwebe und kein Wippen Statt findet;
c. gewöhnliche Scheere, aber ohne Schwebe und mit Auflegung des Bauches — (von wenigem Werth) —.

9. Katzensprung:
a. mit der Wende.
b. mit der Kehre.
c. auf einem Fuß.

10.

*) Vorlings und rücklings bezeichnen bloß die Richtung des Körpers in Lage, Stellung, Haltung beim Zustande der Ruhe; vorwärts und rückwärts aber deuten seine Bewegung an.

10. Sitzwechsel. Beide H. auf einer P., beide B. geschlossen an einer Seite des Pf. und nun Hinüberwerfen der B. rückwärts von einer auf die andre Seite.

11. Affensprung auf Kreuz und Hals, mit Niedersprüngen wechselnd. —

b. Fortgesetzte Sprünge.

Bei diesen ist zu merken, daß, wenn man auch nicht im Stande ist, den Aufsprung gleich nach dem Niedersprung folgen zu lassen, man doch niemals stehen bleiben darf; sondern gleich einen neuen Vorsprung und nach diesem den Aufsprung nehmen muß.

1. Kehren: r. hin und l. zurück, oder
l. hin und r. zurück,
welches die gewöhnlichsten; zur Übung aber auch:
r. hin und r. zurück; oder
l. hin und l. zurück.

Die beste Zusammenstellung ist:
r. über Kreuz, l. über Sattel, rechts über Hals — oder
von der rechten Seite des Pferdes:
l. über Kreuz, r. über S., l. über Hals.

2. Wenden:
a. r. hin, l. zurück oder l. hin, r. zurück.
b. r. hin, r. zurück oder l. hin, l. zurück.

c. r. über Kreuz, l. über S., r. über Hals.

d. l. über Kreuz, r. über S., l. über Hals.

Verbindet man nun Kehren und Wenden, so erhält man noch eine große Menge von Zusammenstellungen.

3. Hocksprung:

a. über S., Kreuz oder Hals hin und her.

b. über Kreuz hin, S. her und Hals hin oder umgekehrt.

4. Grätsche: fortgesetzt gemacht, würde eine große Sicherheit und zwei Menschen zur Hülfe erfordern.

c. Doppelsprünge,

so von zweien zu gleicher Zeit ausgeführt werden.

1. Aufsitzen auf Kreuz und Hals.
2. Jungfernsprung auf Kreuz und Hals.
3. Kehren über Kreuz und Hals.
4. Wenden über Kreuz und Hals.
5. Hocksprung über Kreuz und Hals.
6. Jungfernsprung von der Seite und Katzensprung von hinten auf's Kreuz, und Abwippen von den Schultern.
7. A. macht Jungfernsprung von der Seite,
   B. die Wippe auf und von seinen Schultern.
8. Katzensprung von hinten und vorn: auf Kreuz und Hals, und P. 2. und P. 1, — und Abhüpfen; oder Drehsprung, Scheere und Abwippen.
9. Wippe von vorn und hinten: auf Kreuz und Hals.

d. Sprünge von Dreien zugleich ausgeführt.

1. Hocksprung über Kreuz, S. und Hals.

2. Jungfernsprung über Kreuz und Hals, und Hocksprung im Sattel.

3. Kehren über Kreuz und Hals, und Hocksprung im Sattel.

4. A. Katzensprung auf den Hals, B. Katzensprung in den S., C. rückwärts auf das Kreuz; dann A. und C. Froschsprung und B. Drehsprung, Scheere und Abwippen. — Vor dem A kann allenfalls noch einer den Riesensprung machen.

Hiermit wäre eigentlich der Abschnitt vom Schwingen geschlossen. Wir wollen aber noch einige Stücke folgen lassen, die man am Schwingpferde zu machen pflegt, und theils Kopfüberstücke, theils Schwebestücke, theils (freie Stücke) Freisprünge sind:

a. Kopfüberstücke.

1. Bärensprung: von hinten in den S., beide H. auf P. 1, Bauch aufgelegt und rechts oder links überschlagen.

2. Überschlagen nach dem Hocksprunge. Hocksprung, Lage im Kreuz auf dem S., beide H. fest an beiden P. und rückwärts überschlagen.

3. Purzelbaum. Sitz auf P. 2, rückwärts purzelnd, den Schwanz fassend, und hinter dem Pferde stehen.

4. Aus dem Stande im S. über- oder Radschlagen, wobei der eine F. auf den Hals gestellt wird.

5. Todtensprung. Anlauf von der Seite, beide H. fassen beide P., der Schwinger überschlägt sich und steht jenseits des Pferdes, den Rücken gegen das Pferd.

— Windmühle.

— Beinsprung.

— Von der Seite auf die Seite überschlagen.

— Von hinten auf das Kreuz überschlagen.

— Von hinten auf- und überschlagend in den S. fallen.

b. Schwebestücke.

Die Wage. Der Leib ruht wagerecht auf dem Ellenbogen der r. H., welche die P. 2 faßt. Die l. H. unterstützt auf P. 1. oder, welches schwerer, auf P. 2. oder, welches am schwersten, gar nicht;

Der Drehling: das Umdrehen auf dem r. Arm, und der Abschwung nach der Wage; wobei man auch überschlagen kann.

c. Freisprünge.

1. Halber Diebsprung: Anlauf von der Seite, ein

ein Fuß wird über den Sattel fort in den Sitz geworfen.

2. Ganzer Diebsprung: Sprung mit beiden geschlossenen Füßen über den Sattel fort.

3. Riesensprung: ohne Aufsetzen der Hände, Abstoß mit einem Fuß. Das Grätschen fällt hierbei schwer. — —

Das Bockspringen (der Sprung über einen stehenden Menschen) gehört mit zum Schwingen.

Stellung des Feststehenden: ein F. vor dem andern, beide auswärts; der Absatz des vorderen vor der Spitze des hinteren; das hintere B. im Knie gebogen, das vordre gestreckt, Knie an Knie. Hände auf den Knien gestützt, mit gestreckten und angeschlossenen Ellenbogen, der Kopf stark gesenkt auf die Brust.

Das Bockspringen kann zugleich von einer ganzen Riege ausgeführt werden. Alle stehen gleich weit von und hinter einander, in einer gerade ausgehenden schnurrechten, oder gekrümmten und umgebogenen Linie. Der Letzte oder Hinterste beginnt zu springen, der nun letzte folgt u. s. w., so daß jeder die ganze Reihe durchspringt, und diese ins Unendliche fortgeführt werden kann. Die Zwischenräume richten sich nach der Geübtheit der Bockspringer, ob sie eines längern bequemern Zwischen-

An-

Anlaufs bedürfen, oder ob die Niedersprungsstelle zugleich die Aufsprungsstelle sein soll. — Bocksprin-gen muß aber immer nur von Gleichgroßen, Gleich-alten, und Gleichstarken getrieben werden. —

Das Schwingen darf immer nur unter Aufsicht und mit steter Unterweisung eines Sachverständigen ge-trieben werden, der immer bei der Hand ist, nöthigen Falles die erforderlichen Hülfen zu geben. Diese sind nur dann richtig, wann sie den Schwung des Schwin-gers vermehren, ohne ihn in der Bewegung zu stören; und ihn vor dem Fallen bewahren.

V. Schweben.

Schweben heißt Haltung im Gleichgewicht: in der Ruhe, wie in der Bewegung.

Schwebezeug:

1. Der Liegebaum, ein an der Erde liegender geschälter Baumstamm (Mast). Bei einer kleinen Turnerzahl kann der an die Erde gelassene Schwebebaum auch zum Liegebaum dienen.

2. Der Schwebebaum (Platte 1, Zeichn. N.): ein schlanker geradwuchsiger Kien- oder Tannenstamm ohne Astknorren; je länger, desto besser, nicht gut unter 40 F. Länge und 10 Zoll Stärke am Stammende. Er ruht zwischen 2 Paar starken Pfählen auf eisernen Bolzen, die hoch und niedrig gesteckt werden können. — Er darf nicht zu viel, noch zu wenig schwanken, sondern muß das gehörige Leben haben.

3. Das Schleet mit Wackelenden, wuchsrund, von der Dicke eines Stammes, woraus man vier Latten schneidet, 16 Fuß im Lichten, über einer Vertiefung von 1 bis höchstens 2 Fuß.

Min

Minder nothwendiges Schwebezeug ist folgendes:

1. der Schwebepfahl, ein 1 F. aus der Erde hervorstehender Pfahl;
2. die Rust, ein hochgekanntet Brett oder Planke, so an den Enden festgemacht ist;
3. der Steg mit festen Enden und einer glatten, doch schmalen Oberfläche über einer Vertiefung von 1 bis 2 Fuß.

Schwebevorübungen:

1. Das Stehen auf einem Beine: indem man das andre vor- oder rückwärts streckt, krümmt, in die Hand oder auf den Arm legt, u. s. w. Man kann dabei auch andre Geschäfte und Dinge verrichten, als etwas zureichen, fangen, zuwerfen, die Jacke ausziehen. Das Knie des Standfußes darf dabei nicht knicken.
2. Das Gehen auf der Dielenritze: oder einer andern geraden Linie, wobei die Füße auswärts.
3. Das Stapeln: Gehen mit langgestreckten hochgehobnen Beinen. Je langsamer die Fußhebung und Niederlassung ist, desto schwerer wird es dem Anfänger; Arme und Hände müssen hinabhangen.

Schwebeübungen:

Die folgenden Übungen müssen alle erst auf dem Liegebaum, dann auf dem Schwebebaum vorgenommen werden.

1. Der Schwebegang: vom Stammende auf das Zopfende: Füße auswärts! Tritt auf dem Plattfuß! Leib gerade! Mund zu! Blick auf den Weg!

a. vorwärts.

b. rückwärts.

über ein Hinderniß: Hut, vorgehaltne Ruthe u.s.w. Hiebei muß das Umwenden, besonders am Zopfende, geübt werden.

2. Das Vorbeischweben: Ausweichen beim Begegnen. Beide setzen stark auswärts den rechten gegen den rechten, und den linken gegen den linken Fuß, fassen sich an und treten dann mit dem andern einwärts über.

3. Das Aufnehmen eines Hutes und dergl. vom Zopfende.

4. Das Niedersetzen und Aufstehen ohne Gebrauch der Hände.

5. Der Schwebekampf, wo zwei Gegenüberstehende sich durch leichte Schläge vom Schwebebaum zu bringen suchen.

Haltung: Füße gespreizt!

Vorderfuß auswärts! und stark gebogen.

Hinterfuß gequert und gestreckt!

Arme breit! auseinander und etwas gekrümmt vorgestreckt.

Es gelten nur Schläge mit der flachen Hand, auf Hand, Arm und Schulter.

Nur beim Schlage des Gegners dürfen die Hände zurückgezogen werden. Dies und das schnelle Rück- und Vorbiegen des Oberleibes, so wie das Durchschlagen-lassen des Gegners, und rasche Nachschlagen sind Hauptvortheile. — —

Wippen, Schaukeln und Stelzenlaufen sind ebenfalls Schwebeübungen.

VI. Die Reckübungen.

Unter diesen Namen sind begriffen alle Übungen, welche an dem Turnzeuge, Reck genannt, vorgenommen werden können.

Turnzeug: das Reck (Platte 1, Zeichn. K.), eine auf Ständern (Platte 1, Zeichn. L.) wagerecht ruhende $2\frac{1}{4}$ — $2\frac{1}{2}$ Z. starke runde Stange. Der Abstand von einem Standpfahl zum andern muß über eine Menschenlänge betragen. Für Anfänger muß das Reck schulter- oder scheitelhoch sein, für Geübtere so hoch, daß sie darnach springen müssen. Der Boden unter dem Reck muß weich sein.

Alle Reckübungen lassen sich in zwei Abtheilungen zusammenfassen:

A. die Hangübungen: wo der Turner sich übt, in alle Arten des Hanges zu kommen, sich darin zu erhalten und zu bewegen;

B. die Schwungübungen: wobei der Turner alle Arten des Schwunges in seine Gewalt zu bekommen sucht.

Erklärungen.

a. Aller Hang am Reck ist entweder:

1. Seithang, wobei die Schulterlinie des Turners mit dem Reck gleichlaufend ist; oder

2. Querhang, wobei die Schulterlinie die Richtung des Recks rechtwinklich durchschneidet.

b. Der Handgriff am Reck (der Reckgriff) kann sein:

1. Im Seithange:

a. Aufgriff, wobei die Hände oder Arme von oben aufgelegt werden.

b. Untergriff, indem die H. oder Arme von unten dutchgreifend aufgelegt werden.

c. Zwiegriff, wenn die eine Hand auf-, die andre untergreift.

2. Im Querhang greift immer von jeder Seite eine Hand oder Arm auf, so daß es nur Einen Quergriff giebt.

c. Auf dem Reck kann sich der Turner in folgenden Zuständen befinden:

1. im Sitz:

a. Seitsitz: auf beiden Schenkeln.

b. Reitsitz: auf einem Schenkel, wobei der andre zwar hinter dem Reck, die Schulterlinie aber gleichlaufend ist mit dem Reck;

im Spalt, den Blick längs dem Reck,
ein Schenkel an jeder Seite des Recks.

2. im Stütz: Bauch auf oder über dem Reck,
Beine geschlossen an einer Seite, Hände
Seitgriffs.

3. in der Schwebe, wo der Leib von den
Händen getragen das Reck nicht berührt,
und diese kann geschehen aus dem Sitz (Seit-
sitz und Reitsitz) oder Stütz.

A. Die Hangübungen.

1. Der Anhang: jeder Hang, in welchem der Turner
in aufrechter Stellung mit Händen oder Armen am
Reck hangt.

a. Vorlings.*)

1. Querhangs:
in der Hand (Querhang),
in den Unterarmen (Armquerhang);

2. Seithangs:
Aufgriffs:
in der Hand (Seithang),
im Unterarm } (Armhang);
im Oberarm }

Un-

*) S. beim Schwingen die Anmerk. wegen vorlings und rücklings, vorwärts und rückwärts — Seite 65.

Untergriffs:

in der Hand (Seithang mit Untergriff);

Zwiegriffs:

in der Hand.

b. Rücklings, nur

Seithangs:

Aufgriffs:

in der Hand (Seithang rücklings),

im Unterarm (Armhang rücklings);

Untergriffs:

in der Hand (Seith. rückl. mit Untergriff);

Zwiegriffs:

in der Hand.

2. **Der Liegehang:** ist die Lage des Turners am Reck, wenn er aus dem Anhang (oder Abhang) die freihangenden Glieder an das Reck wirft. — Der dazu nöthige Schwung heißt der Anschwung.

a. Vorlings.

1. Aus dem Querhang der Hände werden die Füße in den Querhang geworfen.

2. Aus dem Seithang der Hände:

Aufgriffs, Untergriffs, Zwiegriffs } Fußspitzen seithangs zwischen den Händen. Kniee seithangs neben den Händen.

b.

b. Rücklings.

Aus dem Seithange rückl. in der Hand:

Aufgriffs
Untergriffs
Zwiegriffs
} Kniee seithangs zwischen den Händen.

Weggelassen sind hier nun, als leicht auffindbar, alle vermischten Anhänge in einer Hand und einem Arm, eben so alle Anhänge in einer Hand oder einem Arm; ferner alle Abhänge in einem Fuße; und die aus beiden entstehenden Liegehänge. Diese letztern kommen jedoch alle bei den Aufschwüngen vor. —

Hier folgen noch zwei Stücke, so zwar eigentlich keine Liegehänge sind, mit diesen aber die meiste Ähnlichkeit und Verwandschaft haben:

Das Nest. — Aus dem Seitliegehang, mit den Fußspitzen am Reck, wird der Körper so durch die Arme durchgedrängt, daß das Kreuz stark eingezogen und gebogen, und der Kopf nach der entgegengesetzten Seite gedreht und gehoben wird;

Der Schwimmhang: im Querliegehang wird der Körper ganz umgedreht, so daß der Bauch nach unten kommt. Die eine Fußspitze wird dabei fest auf das Reck gelegt, die andre faßt die Ferse des erstern Fußes. Hände und Arme werden ebenfalls umgekehrt. — Dies kann auch in einer Hand und in einem Fuß gemacht werden.

3. **Der Schwebehang:** die Lage, in welche der Turner kommt, wenn er die Beine aus dem An- oder Liegehang so über die Höhe des Reckes bewegt, daß sie in der Schwebe sind, d. h. ohne das Reck zu berühren, sich weder vor- noch rückwärts bewegen.

Der Schwebehang wird anfangs von der Erde, dann immer aus dem freien Hange gemacht.

a. Vorlings:

1. Querhangs: wobei die Beine grätschen.

In der Hand.

2. Seithangs: wobei die Beine geschlossen sind,

Aufgriffs
Untergriffs } in der Hand.
Zwiegriffs

b. Rücklings, nur

Seithangs:

Aufgriffs
Untergriffs } in der Hand.
Zwiegriffs

Bei diesem Schwebehange muß das Kreuz eingezogen, der Kopf unter, und die Füße über dem Reck sein.

4. **Der Abhang:** jeder Hang, in welchem der Turner mit Füßen oder Unterschenkeln, den Kopf nach unten, am Reck hangt.

a. Querhangs:

in den Füßen (Fußhang), wobei die Fußspitzen verschränkt werden und die Füße sich kreuzen;

b. Seithangs:

1. In den Knieen (Kniehang),
2. an den Fußspitzen (Risthang),
3. an den Ferse (Fersenhang).

Rist- und Fersenhang müssen an einem Reck geübt werden, wo der Turner mit dem Kopf beinah die Erde berührt, damit dieser nicht durch einen Fall leiden kann. —

Das Hangen an einer Hand im Anhange muß man, als beste Vorübung zum Hangeln, üben. Jede der Hände muß wenigstens so lange das Reck einzeln umfassen und halten, bis des andern gestreckten Armes Hand an den Schenkel geschlagen hat. Je länger man aber an einer Hand auf die Dauer hangt, desto schwieriger wird die Übung. Man kann dies letztre Dauerhangen üben:

a. in der Hand: querhangs,
seithangs: aufgriffs und untergriffs;

b. im Unterarm } nur seithangs.
c. im Oberarm }

5. Hang'eln heißt, sich im Hange fortbewegen, welches vorzüglich zur Stärkung der Arme und Schultern,

der

der Brust und des Bauches dient, und sehr auf die Dauer geübt werden muß.

Man bedient sich dazu des Hangelreckes (Platte 1, Zeichn. M.). Dies ist ein vier- oder sechseckiges Gestell verbundener Recke, an deren Innenseite man so lange herum hangelt, als die Kräfte erlauben.

Das Hangeln kann geschehen:

1. In allen Arten des Anhangs verlings.
2. In allen Arten des Liegehangs (liegehangeln); eben so schwimmhangs (schwimmhangeln).
3. In allen Arten des Schwebehanges.
4. Im Kniehange.
5. Mit Wendegriff und Kehrgriff:
   a. mit Wendegriff: indem der Hangelnde immer an einer Seite des Recks bleibt, und dabei halbe Drehungen um seine Axe macht. Durch die Drehung und das Herumgreifen kommen die Hände immer aus Aufgriff in Untergriff, und umgekehrt;
   b. mit Kehrgriff: nur rückwärts; indem der Hangler mit den Händen im verkehrten Querhang ist, so daß die Daumen nach vorn stehen.

Bei allem Hangeln müssen die Beine gestreckt und geschlossen sein.

6. Das Ziehklimmen: aus dem Hange mit gestreckten Armen, den Leib durch reines Ziehen so weit als

möglich in die Höhe bringen, ohne mit den Ellenbogen in die wagerechte Linie zu kommen — muß schon darum sehr geübt werden, weil man, ohne einige Fertigkeit in demselben, nichts aus dem freien Hange machen kann:]

a. Querhangs:

bis zum rechts- und links Anschultern;

b. Seithangs:

Aufgriffs, Untergriffs, Zwiegriffs } bis zum 1. überschauen, 2. anmunden, 3. überkinnen.

Der Leib kann bei allem Ziehklimmen sein:

a. ganz gestreckt: langhangend,

b. in den Knieen gebogen: hangknieend,

c. in den Hüften nach vorn gebogen, wobei die Kniee gestreckt sind: hangsitzend.

Das Hangen in einer Hand, mit einem gebogenen Arm, und langsame Herunterlassen ist die beste Vorübung zum Ziehklimmen mit einem Arme, welches eine der allerschwierigsten Übungen ist.

7. Griffwechsel und Stemmen. Ihnen beiden muß das Ziehklimmen, als dabei in Anwendung kommende Übung, vorausgehen:

a. der Griffwechsel: das gleichzeitige Verwechseln der Griffarten durch Ziehklimmen:

1. Aus Auf- in Untergriff — und umgekehrt,

2. Zwiegriffs,

3. Aus Armhang (Unterarm aufgriffs) in Untergriff und umgekehrt;

b. das Stemmen: h. die Bewegung aus dem Seithange mit gekrümmten Armen in den Stütz:

1. mit Auflegung der Unterarme,

2. mit wechselarmigem Aufkippen der Ellenbogen,

3. mit gleicharmigem Aufkippen der Ellenbogen.

8. Das Handeln h. den Körper im Stütz und in der Schwebe (auf den Händen) weiter bewegen:

1. Im Stütz: rechts und links;

2. In der Schwebe:

a. aus d. Seitsitz: rechts und links,

b. aus d. Reitsitz:

1. auf einem Schenkel: rechts und links,

2. im Spalt: vorw. uud rückw.

c. aus dem Stütz: rechts und links.

Beides — Stützhandeln und Schwebehandeln — kann wechselhandig (Griff auf Griff), oder gleichhandig (ruckweise) geschehen. —

9 Das Niederlassen und Erheben:

1. aus dem Stütz: vorlings — das Anmunden, rücklings — das Anschultern;

2. aus der Schwebe (aus dem Reitsitz im Spalt): das Heben des Leibes mit grätschenden Beinen, und Niederlassen mit nachgebenden Ellenbogen, so tief als möglich, ohne jedoch das Reck zu berühren — wie beim Schwingen.

B. Die Schwungübungen.

Der Schwung ist dreierlei:

1. Aufschwung: die Bewegung, welche den Turner aus dem Liegehang, Schwebehang oder Abhang auf das Reck bringt;

2. Umschwung: jede ganze Drehung des Turners um die Axe des Reckes;

3. Abschwung: jede Bewegung, welche den Turner aus dem Stütz oder Seitsitz vor- und rückwärts, mit einer wenigstens halben Drehung um seine Axe, auf die Erde bringt.

Es kann also kein regelmäßiger Abschwung aus dem Reitsitz auf einem Schenkel, und aus dem im Spalt (welcher seitwärts geschehen müßte) gemacht werden.

Jedem Aufschwunge geht der Anschwung vorher, welcher auch schon beim Liegehang

Schwimme

(Schwimmhang, Nest), Schwebehang, Abhang nothwendig war.

Der Anschwung kann geschehen von der Erde (Standschwung) oder aus dem (freien) Hange (Hangschwung), welcher letztere der schwerere ist.

1. Der Aufschwung:

Erste Art: — wobei der Turner in den Reitsitz auf einem Schenkel kömmt; geschieht aus dem Liegehang vorlings seithangs, in einem Knie; das andre freihangende Bein giebt den Schwung. Wenn Anfänger erst den Querliegehang machen, und dann den einen Arm aus dem Untergriff in den Aufgriff bringen, so dient dies bloß zur Erleichterung.

Dieser Aufschwung kann so gedacht werden, daß die Oberarme, Unterarme oder Hände, einer oder beide, rechts oder links, neben einander, oder durch das Hangbein getheilt, aufgriffs, untergriffs oder zwiegriffs, auf dem Reck liegen. Daraus entstehen ein hundert und zwei und dreißig (132) verschiedene Aufschwünge, von denen ungefähr die Hälfte vor- und rückwärts auszuführen ist.

Diese alle werden gewöhnliche Aufschwünge oder Wellaufschwünge genannt.

Hie-

Hieher gehören noch:

Zwei Aufschwünge mit verschränkten Armen;

Ein Aufschwung mit Fassung des Kniees unter dem Reck durch.

Zweite Art: wobei der Turner in den Seitsitz kommt. Diese Aufschwünge werden aus dem Liegehang rücklings seithangs gemacht, vorwärts und rückwärts, und heißen Sitzaufschwünge.

Man kann aber die Schenkel auch durch eine oder beide Hände theilen. Statt des Reckes kann man bei dieser Art auch die Füße fassen.

Dritte Art: wobei der Turner in den Reitsitz im Spalt kommt. Diese Art geschieht aus dem Querschwebehang, rechts und links, und heißt Mühlaufschwung.

Zur Erleichterung und schnellern Ausführung faßt man das Reck seithangs aufgriffs, schwingt die Beine wie zum Seitschwebehang in die Höhe und geht dann mit Zurückwerfung eines Beines durch den Querschwebehang durch.

Vierte Art; wobei der Turner in den Stütz kommt; geschieht aus dem Seitschwebehang:

a. Aus dem Seitenschweben vorlings:

1. Vorwärts (mit dem Kopf voran): wird das Schwungstemmen genannt. Die Beine werden in den Seitschwebehang gewor-

geworfen, gehen aber sogleich mit einem starken Schwunge zurück, die Arme ziehen den in die Höhe gehenden Leib an das Reck und stemmen,

2. Rückwärts (mit den Füßen voran): der Felgaufschwung. Die Beine werden durch den Schwebehang hindurch so an das Reck geworfen, daß der Bauch auf dasselbe zu liegen kömmt;

b. Aus dem Seitenschweben rücklings geht der Aufschwung nur rückwärts (mit den Füßen voran): Kreuzaufschwung. Der Schwung bringt hier den Turner mit dem Kreuz auf das Reck, die folgende Hebung des Kopfes aber in den Stütz rücklings.

Dieser, so wie der Felgaufschwung durch ein bloßes Ziehen, also ohne Schwung ist weit schwieriger.

Fünfte Art: aus dem Kniehang kann ohne Hände ein Aufschwung vorwärts und rückwärts gemacht werden, wodurch der Turner in den Seitsitz kommt. Er wird der Knieaufschwung genannt.

2. Der Umschwung.

a. Wellen: — Welle (die) h. jeder fortgesetzte Aufschwung

schwung aus dem Lieghang oder Abhang, welcher den Turner ein oder mehrere Male um das Reck treibt:

1. die gewöhnliche Welle: aus dem gewöhnlichen Aufschwung vor- und rückwärts,

2. die Kniewelle: aus dem gewöhnlichen Aufschwung mit Fassung des Kniees: vor- und rückwärts,

3. die Sitzwelle: aus dem Sitzaufschwung vor- und rückwärts,

4. die Burzelwelle: aus dem Sitzaufschwung mit Fassung der Füße, vor- und rückwärts,

5. die Kniehangwelle: aus dem Knieaufschwung rückwärts, bloß rückwärts. Hiezu ist nöthig, daß man den Stehschwung ganz sicher hat;

b. Die Felge: aus dem Stütz,

1. vorwärts: fortgesetzte Bewegung des Schwungstemmens,

2. rückwärts: fortgesetzte Bewegung des Seitaufschwungs.

Der Leib muß dabei so fest als möglich an dem Reck bleiben.

c. Die Bauchfelge: eine Felge, wobei die Oberschenkel von den Händen gefaßt werden.

d. Die Kreuzbiege: aus dem Armhang rücklings, vorwärts und rückwärts.

e. Die Speiche: aus dem Unterarmhang vorlings; bloß nach vorn, mit den Füßen voran.

f. Der Überschwung: ein Seitaufschwung, wobei der Turner, ohne das Reck mit dem Leibe zu berühren, über dasselbe hinüber, bis auf die Stelle des Aufsprungs kommt.

3. Der Abschwung muß immer mit geschlossenen Füßen und Beinen geschehen.

a. Reine Abschwünge: mit ganzer Drehung des Turners um seine Achse:

1. vorwärts aus dem Stütz: auch mit Hebung;
2. vorwärts mit Aufsetzung der Kniee;
3. rückwärts aus dem Seitsitz;
4. rückwärts wie vorher, aber mit Fassung der Füße, die aber nach beendigter halber Drehung wieder losgelassen werden;
5. der Stehschwung: Aus dem Seitsitz wirft sich der Turner, ohne Gebrauch der Hände, rückwärts in den Kniehang, geht mit diesem Schwunge beinahe bis in die wagerechte Linie, läßt die Kniee los und steht vor dem Reck. — Erst muß der Stehschwung aus dem Kniehange geübt werden, dann das langsame Hinabwerfen in

den

den Kniehang und endlich beides zusammen; aber immer mit großer Vorsicht, und anfangs mit Hülfe.

b. Gemischte Abschwünge: mit halber Drehung des Turners um seine Axe, nach welcher in entgegengesetzter Richtung eine zweite erfolgt:

1. vorwärts aus dem Seitsitz;

2. vorwärts wie vorher, aber mit Fassung der Füße; wie oben rückwärts.

Diese beiden Abschwünge werden reine, wenn man an die erste halbe Drehung den Durchschwung rückwärts anhängt.

4. **Der Durchschwung:** vorwärts und rückwärts; ein Umschwung, dessen Axe nicht das Reck, sondern die Schultern des Turners sind.

Bewegung wie zum Seitliegehang vorlings; die Spitzen werden aber angezogen, die Füße geschlossen zwischen den Armen durchgeworfen; dann wird der Körper so weit als möglich hinabgestreckt, und die Bewegung wieder rückwärts gemacht.

5. **Der Unterschwung:** die Beine werden beinah bis in den Seitschwebehang geworfen, nun aber der Körper nachgeschoben, das Kreuz eingezogen und der Leib, in einem hohen, weiten Bogen nach vorn, zur Erde geschnellt. Die Hände müssen weder zu lange am Reck bleiben, noch zu früh loslassen.

Die

Die Reckübungen sind hier nach ihrer natürlichen Folge und Folgerung, wie sie auseinander entstehen und zusammen gehören, aufgeführt. Bei der Erlernung aber muß man eine Folge nach ihrer größeren Leichtigkeit und Steigerung annehmen; und bei ihrer so großen Zahl vieles im Anfang auslassen.

Zur Erlernung und Durchübung von einer größern Anzahl und ganzen Riege möchte nachstehende Reihe die beste und leichteste sein:

1. Seithang: Aufgriffs. — In demselben das Reck auf und abhangeln.
2. Unterarmhang — und das Reck zu Ende hangeln.
3. Oberarmhang — und das Reck zu Ende hangeln.
4. Querhang — und auf und abhangeln.
5. Ziehklimmen, auf die Dauer:
   a. Querhangs,
   b. Seithangs — aufgriffs.
6. Querliegehang } Dreimal hinter einander, d. h.
7. Seitliegehang } dreimal den Anschwung.
8. Kniehang: auch wechselfußig. } doch muß man
9. Querschwebehang } dreimal hin- } so lange darin
10. Seitschwebehang } ter einander; } verbleiben; daß man sieht und merkt, man könne darin ruhen und verweilen.

men

11. Wellaufschwung im linken Knie, und Abschwung vorwärts aus dem Stütz.

12. Wellaufschwung im rechten Knie, und Abschwung rückwärts aus dem Sitz.

13. Felgaufschwung und Abschwung vorwärts.

14. Das Anmunden.

15. Stemmen.

16. Schwungstemmen und Abschwung vorwärts.

17. Handeln im Stütz, rechts und links.

18. Durchschwung und Kreuzaufschwung, und rückwärts Abschwung.

19. Das Anschultern.

20. Sitzaufschwung: vorwärts u. rückw. } und beliebige Abschwünge.
Mühlaufschwung rechts und links, }

21. Wellen:

a. gewöhnliche } vorwärts,
b. Kniewelle, } rückwärts,
c. Sitzwelle, }

22. Mühle.

23. Felge: rückwärts, und vorwärts ab.

24. Kreuzbiege: rückwärts.

25. Speiche.

26. Überschwung.

27. Durchschwung: hin und her.

28. Unterschwung.

29. Stehschwung.

30. Hangeln mit Wendegriff und Kehrgriff.

31. Griffwechsel.

32. Handeln in der Schwebe: vorwärts und rückwärts.

VII. Die Barrenübungen.

Turnzeug: der Barren (Platte 1. Zeichn. H.): besteht aus zwei wagerechten gleichlaufenden 8 Fuß langen Hölzern (Holmen), deren jedes auf 2 Ständern ruht. Jeder Holm ist 3 Z. hoch und 2½ — 3 Z. breit, oben und an den Enden ganz rund, auch unten nicht mit scharfen Kanten. Die Ständer können dicker sein, müssen sich aber nach den Überlagen zu bis zur Dicke derselben verjüngen, besonders nach der äußern Seite des Holmes zu (Platte 1. Zeichn. J.), und dürfen ebenfalls keine Kanten haben; sie stehen 1 F. von jedem Ende ab.

Für Anfänger muß der Barren nicht höher als bis an die Achselgrube reichen; für Geübte kann er scheitelhoch und darüber sein.

Alle Barrenübungen lassen sich in zwei große Abtheilungen bringen:

A. Alle Hebe-, Stütz- und Stemmübungen, welche bloß die Stärkung der Arme beabsichtigen;

B. Alle Schwungübungen, wobei die stützenden Ar-

Arme nur Nebensache und Mittel zum Zweck, der künstliche Schwung hingegen und die geregelte Bewegung des Leibes Hauptsache ist.

Bei allen Barrübungen, wenn es nicht ausdrücklich widerrufen wird, ist der Leib in der Mitte des Barren, jede Hand faßt einen Holm mit dem Daumen nach inwendig.

A. Hebe-, Stütz- und Stemmübungen.

1. Das Hüpfen: am Ende des Barren, bis zur Ausstreckung der Arme, wie beim Schwingen:
   a. mit Kniebeugen,
   b. mit Kniestreifen.

   Ist der Barren scheitelhoch und darüber, so geht es in ein Stemmen über.
2. Das Niederlassen bis zur Berührung der Erde mit den Fußspitzen oder Knieen, je nachdem der Barren hoch, und wieder Erheben.
3. Das Niederlassen auf die Ellenbogen und Aufkippen derselben:
   wechselarmig,
   gleicharmig.
4. Das Anmunden (Berühren des Barren mit dem Munde):
   a. Anmunden des Barren } rechts
   b. Anmunden des eignen Daumen } u. links.

Bayerische Staatsbibliothek München

Nach jedem Anmunden müssen die Arme wieder gestreckt werden.

5. Das Heben. Die Füße werden vorwärts oder rückwärts, mit zusammengezogenem Leibe, gestreckt gehoben; ganz langsam, ohne Schwung; und mehrere Male hinter einander.

Aus diesem Heben entsteht:

6. die Schwebe:

a. vorwärts: wo die Beine grätschend über dem Barren ruhen, und der Leib die Arme nicht berührt;

b. rückwärts: wo die Beine grätschend rechts und links, hinter den Armen, neben dem Barren hangen, und der Leib die Arme nicht berührt;

c. über einem Holme: rechts und links.

7. Das Handeln: fortbewegen auf den Händen:

a. im Stütz:

1. mit gestreckten Armen,

2. mit gebogenen Armen, wobei die Ellenbogen höher als die Schultern sein müssen;

b. in der Schwebe: über einem Holm des Barrens.

Alles Handeln kann geschehen:

wechselhandig: mit einer Hand nach der andern;

gleichhand'ig: mit beiden Händen zu gleicher Zeit.

8. Die Stützkehre: eine Drehung im Stütz, durch Abstoß der Hände, wobei diese ihre Plätze verwechseln. Sie muß erst wechselhandig, dann gleichhandig geübt werden.

Die meisten dieser Übungen lassen sich auch mit auswärts — nach der Außenseite der Holme — gedrehten Daumen machen.

B. Die Schwungübungen.

1. Der Sitzwechsel: wobei die Beine immer geschlossen bei feststehenden Händen, bald vor, bald hinter dieselben; bald von einem Holm auf den andern geworfen werden:

a. zur Kehre: vor den Händen, rechts und links.

b. zur Wende: hinter den Händen, rechts und links.

c. zum Halbmond:

1. von r. hinten nach r. vorn } und um-
2. von l. hinten nach l. vorn } gekehrt.

d. zur Schlange:

1. von r. hinten nach l. vorn } und um-
2. von l. hinten nach r. vorn } gekehrt.

2. Die Kehre: die Beine werden geschlossen vorwärts rechts oder links über den Barren fortgeworfen, der Turner kommt auswendig am Holm zur Erde. Bewegung des Körpers und der Hände wie bei der Kehre im Schwingen.

3. Die Wende: die Beine werden geschlossen rückwärts, rechts oder links, über den Barren fortgeworfen, der Turner kommt auswendig zur Erde. Bewegung des Körpers und der Hände wie bei der Wende im Schwingen.

4. Sitzwechsel mit Kehre: vorlings.

5. Sitzwechsel mit Wende: rücklings.

6. Der Halbmond: am rechten oder linken Holm

a. vorwärts: aus dem Sitzwechsel zum Halbmond, mit Kehre.

b. rückwärts: aus dem Sitzwechsel zum Halbmond, mit Wende.

7. Die Schlange: von rechts nach links, und von links nach rechts:

a. vorwärts: aus dem Sitzwechsel zur Schlange, mit Kehre.

b. rückwärts: aus dem Sitzwechsel zur Schlange, mit Wende.

8. Der Schwebewechsel: die Beine werden grätschend rückwärts über einen Barrenholm geworfen, von da über den andren, und so hin und her in der Schwebe, daß immer ein Bein aus dem Barren, das andre in demselben ist.

9. Der Kreis, mit einem Beine beschrieben:

a. von auswendig nach inwendig. Ein Fuß wird rückwärts aus dem Barren geworfen, und vorwärts wieder hinein, von der Hand durchgelassen.

b. von inwendig nach auswendig. Der Fuß wird vorwärts aus dem Barren, und rückwärts hinein geworfen.

Der Kreis wird erst am Barrenende, dann in der Barrenmitte, doch immer mit Vorsicht geübt.

10. Das Wippen: ein Rückwärts-bewegen der Beine im Stütz, nach vorn gemacht wird der Leib, nach hinten das Kreuz eingezogen.

Man übt dies mit mäßigem Schwunge oder mit Rücksicht auf die Höhe, wobei es beinah bis zum Überschlagen geht. Letzteres mit großer Vorsicht.

Anfangs hält man die Beine geschlossen, später

kann

kann man aber vorwärts und rückwärts über dem Barren grätschen, wobei man in der Mitte sein muß; sonst wird diese Übung immer am Ende des Barren getrieben.

11. Das Abwippen: vom Ende des Barren. Man wippt einige Mal mäßig und stoßt dann den Leib rückwärts wagerecht fort; wie beim Schwingen. Ein gerechtes Maaß ist die Leibeslänge mit ausgestrecktem Arme.

12. Das Überschlagen:

a. aus dem Hange. Beide Hände fassen von unten, man überschlägt sich rückwärts, die Hände halten fest. Die Füße berühren die Erde und machen die Bewegung rückwärts. Ein leichtes Stück.

b. aus dem Stütz: am Ende des Barren, Gesicht nach außen. Man wippt ein- oder einige Male vor und überschlägt sich, so daß man vor dem Barren zu stehen kommt. Anfangs immer mit Hülfe Zweier, welche die Arme halten.

Anmerkung. Die meisten dieser Schwungübungen können aus dem Stütz mit gebogenen Armen und mit aufgelegten Ellenbogen vollführt werden.

Das Durchschieben (der Durchschub) gehört zu keiner der angeführten Arten der Barrenübungen.

gen. Man steht neben dem Barren, faßt den einen Holm auf-, unter-, oder zwiegriffs, wirft die Füße unten durch auf den andern Holm, schiebt den Leib bis in das Kreuz auf den Barren, und richtet sich auf.

VIII. Klettern.

Klettern heißt: irgend einen erhabenen Gegenstand, den man mit den Füßen allein nicht ersteigen kann, durch Hülfe der Hände und Füße, oder der Hände allein, erreichen oder zu erreichen suchen.

Kletterzeug:

1. Die Kletterstange von 2 — 4 Z. Stärke, und verhältnißmäßiger Länge, 10 — 30 F. hoch. Am besten geschnittene und rund gehobelte Stangen aus gutem Kernholz.
2. Der Klettermast von 6 — 12 Z. Stärke am Stammende, glatt gehobelt und oben mit einem festen Kreuz (Platte 2, Zeichn. W und Z.) zum Ausruhen versehen. Von 20 — 60 F. Höhe.
3. Das Klettertau: $\frac{5}{4}$ — $\frac{6}{4}$ Z. stark, mit einer festen Öse zum Anschleifen; 20, 30 und 40 F. lang.
4. Die Leitern:
   a. Holzleiter: sehr fest mit breiten eingestämmten, oben abgerundeten Sprossen,

die höchstens 1 F. von Mittel zu Mittel sind. Neigung gegen die Erde 60 °;

b. Strickleiter: 20 F. lang, wenigstens mit 3 hölzernen Sprossen: oben, unten und in der Mitte.

5. Lehnstangen und Lehnmaste: d. h. Stangen und Maste, die in einem Winkel zwischen 45 und 70 ° fest angelehnt sind.

Die Anbringung des Kletterzeuges ist sehr verschieden. Hat man hohe, starke Bäume, so kann man Tau, Stangen und Maste an den Ästen oder an Rahen, welche in die Bäume gelegt sind, befestigen. Fehlen dergleichen Bäume, so muß man Gerüste errichten, an denen sich alsdann auch Mehrere zugleich üben können. Alle dergleichen Gerüste bestehen aus 2, 3, 4 oder mehreren senkrechten Masten, so durch Rahen verbunden sind, an denen Taue, Leitern und Stangen angebracht werden.

Hier die Beschreibung einiger bereits durch den Gebrauch bewährt gefundener

Klettergerüste:

1. Der Einbaum (Platte 2, Zeichn. R.). Ein 40 F. hoher, sehr starker Mast wird in die Erde gerammt, und am Zopfende durch 2 wagerechte Balken eingefaßt. Diese stehen nach der einen Seite 6 F. heraus, und werden durch ein

rundes Holz verbunden, woran man das Tau befestigt. Durch eine schräge Leiter, die von ihrem Ende bis 6 F. tiefer gegen den Mast geht, werden diese Balken gestützt; auf der andern Seite stehen sie 3 F. über, und werden auch durch Streben gegen den Baum gestützt. Sie laufen hier aus einander, nahe am Mast und am Ende sind sie durch 8 Z. breite Sitzbretter verbunden; der mittlere Raum von 20 Z. bleibt zum Durchsteigen. Von diesem Raume geht eine Leiter fast senkrecht 15 F. tief auf eine andre Bühne, welches also 25 F. von der Erde an dem Baume angebracht ist; und von hier geht im Neigewinkel von 60° gegen die Erde eine Klimmleiter, die in der Mitte durch Streben gestützt sein muß. Bis zur Höhe von 25 F. kann man auch noch 2 — 3 Streben gehen lassen, welche den Baum halten und zugleich als Lehnstangen zum Klettern dienen.

2. Der Zweibaum (Platte 2, Zeichn. S.). Zwei Maste werden 18 F. aus einander in die Erde gesetzt. 20 F. über der Erde werden sie durch eine starke Rahe verbunden, die an beiden Seiten 4 bis 5 F. übersteht. An ihren beiden Enden (Nocken) werden Taue befestigt. In der Mitte wird eine Strickleiter gehängt und zwischen dieser und den Masten werden 3 Z. starke Stangen zum Klettern

und

und Klimmen eingesetzt. Von der einen Seite liegt gegen jeden Mast eine Lehnstange, von der andern eine Klimmleiter.

3. Der Vierbaum (Platte 2, Zeichn. T.). Ein starker Mast wird eingerammt; aus ihm gehen in einer Höhe von 30 F. über der Erde im Kreuz 4, zwölf Fuß lange, Rahen; diese werden 8 F. weit vom Mittelmast durch Klettermaste unterstützt. Am Ende jeder Rahe ist ein Tau befestigt. In einem Neigewinkel zweier Rahe wird eine Klimmleiter angesetzt. Vier Fuß vom Maste kann man an den Rahen noch Stangen anbringen.

Ein Gerüst, welches für den Anfang gerade nicht nöthig, aber auf einem vollständig eingerichteten Turnplatze nicht fehlen sollte, ist:

4. der Klimmel (Platte 2, Zeichn. V.), eine Vorrichtung zum Klimmen. Ein gleichseitiges Viereck von 9 F. im Geviert wird beschrieben; in dessen Ecken werden 4 starke Stiele, 6 F. hoch über der Erde, gesetzt und diese werden mit 4 starken Überlagen oder Rahmen verbunden. Auf diese werden vier Fächer im Winkel von 60° errichtet.

Die 4 Strebebänder, welche die Fächer verbinden, werden von 1 zu 1 F. ihrer Länge, wie eine Leiter, mit Sprossen verbunden, deren in jedem Fach fünf genug sind. Die Sprossen wer-

den, wo sie sehr lang ausfallen, unten dick gemacht, damit sie fest sind, und oben zum bessern Anfassen dünner bearbeitet.

Das Klettern ist zweierlei:

A. das eigentliche Klettern (Klettern mit Händen und Füßen)
ist entweder:
a. Hangklettern: wo der Körper eine senkrechte oder rückwärts geneigte Lage hat;
oder
b. Reitklettern: wo der Körper eine vorwärts geneigte Lage hat, und sich mit den Füßen allein halten kann.

B. das Klimmen (Klettern mit den Händen allein) ist beständig ein Hangklettern.

A. Das eigentliche Klettern.

Kletterregeln. Ist das Kletterzeug dünn (als Stange und Tau), so müssen die Hände das Meiste thun, und daher sehr fest umspannen; ist es über spanndick (Mast), so können die Hände bloß mit den Unterarmen fest angelegt werden, und die Brust muß von der andern Seite den Gegendruck machen. Bei einem starken Maste faßt eine Hand den andern Unterarm; ist er noch stärker, so werden die Finger verschränkt.

Die

Die Beine umspannen das Kletterzeug so, daß das eine vorn mit Wade und Ferse, das andere hinten mit dem Fußgelenk, Schienbein und Knie gegenliegt. Das Tau wird bloß zwischen Ferse und Fußgelenk festgehalten.

Bei einem starken Maste, besonders wenn er rauh ist, schließen beide Kniee und Oberschenkel von beiden Seiten, die Schienbeine werden nach hinten angelegt und die Fußspitzen von hinten gegengesetzt. — Bei einem sehr starken und glatten Maste, wo man die Finger verschränkt, thut man auch wohl, beide Beine nach vorn zu strecken und die Füße zu überknöcheln.

Beim Klettern greift immer eine Hand um die andre und über die andre weg, nicht eine nach der andern; also Vorgriff und Übergriff, nicht Vorgriff und Nachgriff.

Es kommt alles darauf an, besonders beim Tau, daß die Hände so hoch als möglich greifen, und dann die Füße ganz nah an die Hände heran·gezogen werden, d. h. daß man große Spannen (Griffe) macht.

Beim Herabklettern am Tau muß man die Hände niemals an demselben gleiten lassen, sondern Griffe machen, wie beim Hinaufkletern. An Stange und Mast kann man herabgleiten.

Das

Das Klettern an:

1. der Stange (Stangenklettern) ist immer Hangklettern und die leichteste Art; man muß daher in dieser große Fertigkeit erlangen;

2. dem Mast (Mastklettern) ist immer Hangklettern und die schwerste Art; sehr angreifend für den ganzen Körper, wenn der Mast sehr hoch und dick ist;

3. der Lehnstange:

an der Oberseite — Reitklettern,

an der Unterseite — Hangkletern;

ist sehr verschieden, je nachdem die Stange wenig oder viel Neigung hat, dünne oder dick ist;

4. dem Tau, immer Hangklettern:

a. am senkrecht schlaffen Tau,

b. am senkrecht gespannten Tau,

c. am schräg gespannten Tau.

Das schwerste Tauklettern ist: mit beiden Füßen und einer Hand. Auch nicht leicht ist das Verkehrt-Klettern (die Beine oben, Kopf nach unten);

5. der Leiter (Leiterklettern). Die schwerste Art ist an der schlaffen Strickleiter, wegen der Nachgiebigkeit der Sprossen; nächst diesem an der Innenseite der schrägstehenden Holzleiter; an deren Außenseite ist es ein bloßes Steigen.

B. Das Klimmen.

Da bei dieser Übung der Körper bloß durch Hülfe der Arme gehoben werden soll, so müssen auch die Beine und der ganze übrige Leib so ruhig als möglich gehalten werden.

Das Ziehklimmen am Reck ist die beste Vorübung.

Alles Klimmen geschieht entweder mit:

1. Senkgriff, am senkrechten oder schrägen Kletterzeuge, wo die Fläche der Hand senkrecht; oder mit:
2. Rist- oder Wagegriff, am wagerechten Kletterzeuge, wo der Rist der Hand nach oben und die Fläche der Hand wagerecht.

1. Das Klimmen mit Senkgriff geschieht immer mit Vor- und Übergriff, nicht Nachgriff; die Ellenbogen müssen dabei so nahe als möglich an den Leib geschlossen werden.

Der Leib kann dabei sein:

a. ganz gestreckt — langhangend,
b. in den Knieen gebogen — hangknieend,
c. in den Hüften nach vorn gebogen, wobei die Kniee gestreckt sind — hangsitzend.

Die Beine können dabei gehalten werden:

a. geschlossen an einer Seite } des Kletter-
b. grätschend an beiden Seiten } zeuges.

Dies Klimmen geschieht:

a. am Tau (Tauklimmen),

b. an der spanndicken Kletter- oder Lehnstange (Stangenklimmen),

c. an den beiden Hauptseilen der Strickleiter.

2. Das Klimmen mit Rist- oder Wagegriff: geschieht fast nur an der Holzleiter; an der Strickleiter ist es, wegen Nachgiebigkeit der Sprossen, sehr schwer. Es soll eigentlich immer mit Vor- und Übergriff getrieben werden; im Anfang ist jedoch das Nachgreifen gern zu gestatten, nur muß es nicht immer mit derselben Hand geschehen.

Das Rückklimmen mit beiden Händen zugleich, darf nur nahe an der Erde auf 2 Sprossen auf und ab geschehen, weil ein Fehlgriff dabei nicht selten.

Am Klimmel geschieht das Klimmen wie an der Leiter; in einem Fach in die Höhe, im andern herunter, und so weiter, so lange die Kräfte dauern; oder auch immer in einem Fach auf und ab. Der Klimmel hat den großen Nutzen, daß sich mehrere zu gleicher Zeit im Wettklimmen üben können. —

Zum Wettklettern (und Wettklimmen) sind wenigstens ein Paar gleich dicker und gleich hoher

Stangen

Stangen (als am Zweibaum), Taue (am Zweibaum, Vierbaum) oder Maste erforderlich.

Das Vorbeiklettern eines bei dem andern kann geschehen:

a. von unten nach oben (Überklettern),

b. von oben nach unten; und

ist gewöhnlich Mischübung von Klettern und Klimmen.

IX. Werfen.

Das Werfen ist sechserlei:

A. das Schießen:

1. mit dem Feuergewehr,
2. mit der Armbrust,
3. mit dem Bogen,
4. mit dem Schaft (bei uns das Gerwerfen);

B. das Schocken: Werfen schwerer Gegenstände, wobei der Wurf die Kraft durch ein einfaches Vor- und Rückschwingen des gestreckten Armes bekommt;

C. das Stoßen, wobei schwere Körper bloß durch das Strecken des vorher gekrümmten Armes fortbewegt werden;

D. das Schleudern, wobei leichte Körper durch verschiedenartige Schwingungen, bloß durch die Hände oder vermittelst eigener Werkzeuge geworfen werden;

E. das Gellen (wälsch Ricochettiren);

F. das Schirken.

Das Werfen ist eine der wichtigsten Übungen, zur Stärkung des Armes und Schärfung des Augenmaaßes; jedoch erfordert es große Vorsicht vielen Raum und Berechenbarkeit der Bahn. Daher können auch nur das Gerwerfen, Schocken und Stoßen auf dem Turnplatze getrieben werden, aber diese sollten auch, obgleich sie nicht für Kinder unter 11 Jahren sind, auf keinem Turnplatze fehlen.

A. Das Schießen.

1. Mit dem Feuergewehr, besonders der Büchse, ist für Jünglinge eine herrliche Übung. Es wäre wohl zu wünschen, daß bei jedem Turnplatz eine eigne Schießbahn außerhalb desselben wäre, oder man wenigstens eine andre benutzen könnte; auf der die größeren Turner in eigenen Stunden Anweisung bekämen: die gewöhnliche Turnzeit würde zu sehr gestört werden. Es kann hier nicht die Rede davon sein, fertige Schützen zu bilden, denn dazu gehört lange Übung; aber jeder Mann sollte wenigstens eine genaue Kenntniß des Feuergewehrs erlangen, und damit umgehen lernen;
2. mit der Armbrust. Diese vertritt, wenn sie gut ist, beinahe die Stelle des Feuergewehrs, dann aber ist sie auch kostspielig und erfordert gleichfalls viel Vorsicht; das Feuergewehr ist daher immer vorzu-

ziehen. Zum Vergnügen und für Knaben ist die Armbrust jedoch sehr gut;

3. mit dem Bogen. Das Bogenschießen ist eine sehr heilsame Übung, indem sie einen festen Arm und scharfes Auge giebt, für das reifere wie für das Knabenalter gleich vortheilhaft; daher außer dem Turnplatz auch sehr zu empfehlen;

4. mit dem Schafte, bei uns:

das Gerwerfen.

Wurfgeräth: der Ger (Platte 1, Zeichn. C.), eine geschnittene Stange als Schaft. Die Spitze (Platte 1, Zeichn. C, a.) wird mit einem 4. Z. langen eisernen Beschlage versehen, der sich halbkugel- oder kegelförmig endigt. Das Schaftende (Platte 1. Zeichn. C, b.) bekommt einen 2 Z. langen eisernen Ring als Beschlag, der so viel Gegengewicht halten muß, daß der Schwerpunkt des Gers nur etwa 2 — 3 Z. aus der Mitte nach der Spitze zu fällt.

Für Kinder und Knaben, bis 12 Jahre alt, muß der Ger 6 F. lang und 1 Z. höchstens $\frac{5}{4}$ Z. stark sein; für Größere und Ältere nach Verhältniß ihrer Stärke 7 oder 8 F. lang, und $\frac{5}{4}$ oder $\frac{6}{4}$ Z. stark. Von einem andern Verhältniß sollte und muß kein Ger auf dem Turnplatze geduldet werden, sonst wird er entweder zu dünn oder zu dick. Zu den Geren muß besonders trocken Holz genom-

men

men werden; wenn man es haben kann, Eschenholz, sonst muß man sich mit Kienenholz behelfen.

Wurfzeug: ein Pfahlkopf (Platte 1, Zeichn. B.) als Wurfziel. Ein 12 — 16 Z. hoher, kopfähnlicher Klotz (Platte 1, Zeichn. B, a.) wird durch eine eiserne Krampe, auf einem 4 — 4½ F. hohen, 5 — 6 Z. starken Ständer (Platte 1, Zeichn. B, b.) befestigt. Die Krampe wird durch 2 starke Eisenringe an den Ständer und Kopf befestigt; so daß dieser vom Wurfe getroffen, überschlägt, aber hangen bleibt.

Die Wurfbahn muß, wegen der oft weit vom Pfahle abspringenden Würfe und Gere wenigstens 30 F. breit sein. Am Ende der Bahn wirft man einen Erdwall von 3 — 4 F. Höhe auf, von diesem steht der Pfahlkopf wenigstens 20 F. ab. Ein Verschlag von Brettern, ein Schott, ist noch besser, da die Gere bei starken und geraden Würfen leicht über den Wall rutschen, und in einer andern Bahn hindern. Zum Wurf ohne Anlauf müssen 40 — 50 F., und daher die ganze Bahn wenigstens 70 F. lang sein.

Wurfhaltung: Beine gespreizt;

Fuß des Wurfarms hinten und gequert;

Fuß des Ruharms vor, und ein wenig auswärts;

Ruharm in einem spitzen schräg liegenden Winkel; Faust geballt, Nägel sichtwärts;

Wurfarm in einem spitzen Winkel, hält den Ger mit der Faust nahe am Gesicht in der Schwebe.

Beide Füße beim Wurf standfest.

Vorübungen:

a. die Schwebe des Gers finden und abwägen;

b. in der Schwebe halten und tragen, im Stand und Lauf;

c. Rucken: den Ger durch einen Ruck der Hand und des Unterarms plötzlich wagerecht nach hinten bewegen;

d. Schnellen: den geruckten Ger durch einen Schneller wieder vorwärts stoßen, wobei er wagerecht bleiben muß und nicht aus den Fingern schießen darf;

e. Ruck und Schneller wiederholen, und beide Vor- und Rückbewegungen so schnell und kraftvoll als möglich;

f. dann Abwürfe versuchen; erst kürzere, dann längere, wobei alle Finger zugleich losgelassen werden müssen. —

Der Gerwurf ist: Kernwurf, Bogenwurf und Tiefenwurf.

1. Kernwurf geschieht ganz, wie aus der Haltung und den Vorübungen folgt, wagerecht, soviel es die Schwerkraft erlaubt. Der Kernwurf muß erst von einem Jeden ziemlich fertig gemacht werden können, bevor er zum Bogenwurf übergeht.

2. Bogenwurf, der in einem starken Bogen auf das Ziel geht, erfordert bei weniger Kraft mehr Übung und Geschicklichkeit. — Der Ger wird so gefaßt, daß er etwas Übergewicht nach vorn hat; und der Vortheil besteht darin, dem Ger beim Abwurf einen solchen Stoß oder Druck zu geben, daß er sich bei erreichter größter Höhe unter dem richtigen Winkel mit der Spitze zuerst senkt.

Der Winkel, unter welchem der Ger auftrifft, muß unter 45° sein; sonst schlägt er über und hat zu wenig Kraft. —

Beim Bogenwurf kann der Ger so geführt werden:

a. daß der Arm sich beim Anziehen fast ganz streckt, und sich so dreht, daß die Öffnung der Finger von oben kommt; die Brust wendet sich etwas gegen den Ger. — die gewöhnliche Art;

b. daß der Arm sich beim Anziehen weniger

streckt

streckt und gar nicht dreht. Die Brust wendet sich auch nicht, der Oberleib biegt sich aber stark rückwärts. Diesen Wurf empfindet man stark im Kreuz.

Der Bogenwurf reicht weiter als der Kernwurf; man muß ihn aber auch in Rücksicht auf Höhe allein, und dann auf Höhe und Weite zugleich üben.

3. Tiefenwurf: von einer Anhöhe in die Tiefe, kann Kern- und Bogenwurf sein.

Kernwurf, Bogenwurf und Tiefenwurf können gemacht werden:

1. a. vom Stande (Standwurf),
   b. mit Anlauf (Anlaufwurf);

dabei 2. a. rechts,
   b. links, welches eben so sehr, als Rechtswerfen geübt werden muß.

Hieraus entstehen 12 Veränderungen. —

Treffer sind, wenn der Ger
beim Kernwurf anspitzet,
beim Bogenwurf aufspitzet,
beim Tiefenwurf einspitzet.

Fehler sind, wenn der Ger,
statt wagerecht und im Bogen zu schießen, schlänkert, kippt und wippt, quert und trummt (wie ein Trumm herunter fällt), wenn er anschaftet — mit dem Schaftende anstreifft —; oder auf-

aufschaftet — mit dem Schaftende zuerst auf=fällt —: überhaupt, wenn er nicht spitzet.

B. Das Schocken.

Schocken ist das Werfen schwerer Gegenstände, welche wie Kugeln bein Kegelspiel in die Hand gelegt werden. — Mit beiden Händen zugleich schocken ist nicht turnerisch. Auf dem Turnplatze, wo man nach einem Ziele schocket, gebraucht man nur 1 — 3 pfün=dige Geschützkugeln. Anderthalb= bis zweipfündige Ku=geln lassen sich am bequemsten werfen und schocken.

Die Schockbahn muß 16 — 20 Fuß breit, und eben sein, an beiden Seiten aber freien Raum haben; so daß die Wurflinie auf beiden Seiten 30 F. von allen Übungsplätzen abliegt: — also 60 F. Breite für den ganzen Platz. Länge der Bahn vom Stande bis zum Ziele 100 Fuß.

Das Schockziel besteht aus einem 8 — 9 F. hohen, 4 F. breiten senkrechten Rahmen von 4 — 5zol=ligem Holze. In die Mitte desselben wird ein prall ausgestopfter Sack in Gestalt eines Eies gehängt, welcher getroffen ausweicht.

Sechs bis acht Fuß hinter dem Ziele ist ein Schott angebracht — ein schräger Wall mit starken Bret=tern belegt — je höher, je besser und dabei am besten ein Flügelschott —, das die Kugeln,

welche

welche darauf fallen, in die Bahn zurückrollen läßt. Hinter dem Schott muß, für den etwanigen hinüber- und wegfliegenden Wurf noch 20 F. frei sein, und die Gränze des Ganzen gegen das Fortrollen mit einem niedrigen Erdwall eingefaßt sein. Der ganze Platz muß also wenigstens 60 F. breit und 130 F. lang sein.

Schockhaltung. Für das Rechtsschocken:

Der rechte Fuß (Fuß des Wurfarmes) steht hinten und gequert; der linke Fuß (Fuß des Ruharmes) vor und gerade aus. Rechter Arm (Wurfarm) gesenkt neben und am rechten Oberschenkel, Handgelenk stark gebogen. Linker Arm (Ruharm) auf den linken Schenkel gestüzt.

Schockweise. Die rechte Hand faßt die Kugel, der Arm macht einige Rück- und Vorschwünge, wobei sich der Leib nicht vor- und rückwärts neigt, und dann den Abwurf, wobei die Kugel gleichzeitig von Hand und Finger losgelassen werden muß. Es geschieht immer ein Wurf rechts, dann einer links. Der Schocker tritt in die Mitte der Bahn, die übrigen der Riege an die entgegengesetzte Seite seines Wurfarmes, damit sie von keinem Miswurf getroffen werden können.

Eine Art des Schockens, die aber nicht auf

den

den Turnplatz gehört, ist das Werfen einer höl-zernen, steinernen oder eisernen u. s. w. Linse (Di-scus), die während des Wurfes durch die Luft rädeln muß.

C. Das Stoßen.

Stoßen: Werfen, bei dem bloß, durch Ausstre-ckung (Ausstoßen) des vorher gebogenen Armes der Wurf geschieht. Da dasselbe nie angewendet werden kann, um ein Ziel sicher und weit zu treffen, so bedient man sich seiner bloß zur Stärkung des Armes, und wirft daher nur schwere Lasten in die Weite oder Tiefe.

Stoßbahn (s. Platte 1, den Plan XV.), 20 — 30 F. breit und 40 F. lang. Der Stand muß 6 — 8 F. breit mit einem zur Hälfte seiner Dicke in der Erde liegenden Baume begränzt sein, gegen welchen der vordere Fuß beim Stoßen gesetzt wird. Das Ende der Bahn muß einen kleinen Wall ha-ben, der das Fortrollen der Kugeln verhindert. Gut ist es, wenn vor dem Stande eine Vertie-fung (Graben o. d. g.) ist, wo hinüber man stoßt.

Stoßgeräth: 6 — 24pfündige Geschützkugeln sind am bequemsten, weil sie sich gut fassen lassen, und ihre Schwere und ihr Gewicht bekannt ist.

Stoß-

Stoßweise. Haltung und Stellung wie beim Schocken. Der Stoßarm wird aber in einem spitzen Winkel gebogen, mit der Hand dem Gesichte gleich gehalten. Die Kugel wird nun in die offne Hand gelegt und nach einigen kleinen Vor- und Rückbiegungen des Leibes und der Hand fortgestoßen. —

Folgende Übung gehört zwar nicht zum Werfen; da es aber die einzige eigentliche Stoßübung ist, die man auf dem Turnplatze noch treiben kann, so wird sie hiermit aufgeführt:

Ein schwerer Balken, der sich um einen starken Nagel auf einem etwa 4 F. hohen Ständer in der Schwebe dreht, wird durch Stoßen schnell herum gedreht. Die Stärke des Stoßes wird nach der Zahl der Umdrehen berechnet, welche der Balken macht, und diese kann man leicht durch einen angebrachten Schnäpper zählen.

D. Das Schleudern.

Werfen leichter Körper, welche mit den Händen allein, oder mit eigenen Werkzeugen durch verschiedenartige Schwingungen fortgeschleudert werden.

1. Schleudern mit den Händen allein, das gewöhnliche Werfen. Die Wurfweisen sind sehr verschieden; die gewöhnlichsten sind:

a. der Wurfarm holt hinten hoch aus,

b. der Wurfarm holt hinten tief aus,

c. die Wurfhand liegt anfangs mit dem Rist gegen den Rücken.

Man wirft mit kleinen Steinen, Bällen und dergl., die nicht über ½ Pfund schwer sind:

in die Weite
in die Höhe
nach dem Ziele
} vom Stande, mit Anlauf.

2. Schleudern mit eignen Werkzeugen: als Schleuder, Wurfstock, Wurfriemen, Wurfschnur und dergleichen.

Alles Schleudern gehört, wie schon oben gesagt, nicht auf den Turnplatz. Eben so:

E. Das Gellen.

Werfen mit Prall auf feste Erde, kann wegen des An- und Abgellens, was nicht bahnmäßig zu berechnen ist, nicht auf dem Turnplatze getrieben werden. Das Brummerwerfen gehört mit dazu.

F. Das Schirken.

Werfen mit einem flachen Stein, Schiefer oder Scherben schief auf die Wasserfläche, so daß das Geworfene (Schirkel) mehrmals in die Höhe prallend, hüpfend darüber hinweg gleitet (Schirke macht) — ist keine Übung für den Turnplatz.

In allen Wassergegenden ist das Schirken eine

Belustigung der Knaben, und hat nach den einzelnen Mundarten in Landschaften und Gauen verschiedene Namen: bämmeln, das Bäuerlein lösen, bleiern, die Braut führen, die Braut schlagen, Brot schneiden, Butterbämmen streichen, Butterbrot schmieren, — werfen, Butterstollen werfen, fischeln, flacheln, Flätter — auch Plätter — werfen, flötzen, flözern, Frösche werfen, hitzerlen, Jungfern schießen, — werfen — eine ein- zwei- oder dreibeinige Jungfer, Kindli werfen, die liebe Frau lösen, pfleizern, pflinzern, plätschern, plätteln, putjen, Schiffchen machen — schlagen, schiffeln, schippern, Schneller schlagen, schnellern, Schüsselchen werfen, spätzeln, Staaren stechen, Steinblitzer machen, steineln, stelzeln, Suppen schlagen — schmeißen — schmelzen.

X. Die

X. Ziehen.

Ziehzeug:

1. Ziehtau (oder Ziehseil), wenigstens 20 F. lang und 1 Z. stark, und an beiden Seiten mit Ösen versehen. Sollen dreißig gegen einander ziehen, so muß es schon 60 F. lang sein.

2. Nackziehseil (Platte 1, Zeichn. D.) besteht aus zwei, 2 — 3 F. langen und 2 — 3 Z. breiten Gurten oder Hülsen, deren Enden durch zwei, 10 F. lange, Stränge verbunden werden.

3. Stäbe, 2 — 3 F. lang und $\frac{5}{4}$ — $\frac{6}{4}$ Z. stark.

Die Ziehbahn muß eben, und nach Verhältniß der Taulänge auch lang sein.

A. Das Handziehen, ziehen mit den Händen:

1. mit den Händen allein:

a. Hand in Hand: einfach: rechts gegen rechts, links gegen links;

b. häkelnd: einfach: rechts gegen rechts, links gegen links;

doppelt: rechts gegen links, links gegen rechts;

mit 4 Fingern, mit 1 Finger;

2. am Ziehzeuge:

a. am Ziehtau — (das Tauziehen) ein Ziehkampf. Geschieht rückwärts gehend, die Hände fassen das Tau — der Daum gegen den Gegner —. Die Zahl kann auf beiden Seiten dabei gleich oder ungleich sein. Sind es viele gegen viele, so muß jede Parthei immer rückweise zu ziehen suchen. Der Ziehkampf kann also sein

ein Zweikampf,
ein Dreikampf,
ein Vielkampf;

b. am Ziehstabe (das Stabziehen),

am kurzen gequerten Stabe:

im Zweikampf: Einer faßt den Stab auswendig (Außengriff), der Andere inwendig (Innengriff).

Das Emporziehen eines am Boden Liegenden, — auf mehrere der vorigen Arten. Die beste von diesen ist aber, daß sich 2 an die Erde setzen, Sole gegen Sole gestemmt, und nur am kurzen gequerten Stabe sich aufzuziehen suchen.

B. Das Nackziehen — Ziehen mit dem Nacken:

a. stehend: — das Nackziehseil wird ausgespannt, jeder legt sich einen Gurt über den Nacken, sieht den Gegner an und sucht ihn rückwärts zu ziehen. Stäts Aug' in Auge dabei! man darf sich nicht drehen, auch das Seil nicht mit den Händen berühren oder fassen, welche am besten an die Hüften (Daumen hinten!) gelegt werden;

b. auf allen Vieren. Das Nackziehseil wird ausgespannt, Jeder tritt mit dem einen Fuß über beide Stränge, Rücken gegen den Gegner (Sole zu Sole!) gekehrt, legt den Gurt über den Nacken, so daß die Stränge zwischen den Beinen durchgehen; läßt sich auf Hände und Füße nieder und sucht nun den Gegner zu ziehen, wobei das Kreuz gestreckt und der Kopf gehoben sein muß. Die Übung ist nicht gefährlich, was Nichtturner sich einbilden.

Alle Ziehübungen haben den Vortheil, daß zu ihrem Betreiben keine weitere Vorübung gehört, und Ungelenke und Ungeschickte gleich daran Theil nehmen können.

XI. Schieben.

Das Schieben ist zweierlei:

A. Schieben des Gegners, wo Kraft gegen Kraft wirkt:

1. Hand in Hand: rechts gegen rechts, oder links gegen links; } mit Streckarmen.

Hier kommt es darauf an, den Gegner zum Weichen oder zum Biegen des Armes zu bewegen.

2. Hände an den Achseln:

a. Hände fest! (mit der Handfeste), wobei beide Hände entweder inwendig, oder eine H. inwendig, die andere auswendig steht;

b. mit Handwenden, wo jeder bemüht ist, dem andern den vortheilhaftesten Griff (den Innengriff) abzugewinnen.

Dieser Schiebekampf kann nun geschehen:

1. auf beiden Füßen: nach obigem a und b;

2. auf einem Fuß — Hinkschieben, nach a und b:

— der Stärkere hinkt allein, oder

— beide Gegner hinken.

B. Schieben an besonderen Vorrichtungen, wo man bloß die Schwere des zu schiebenden Gegenstandes zu überwinden hat.

Wenn man dies auf dem Turnplatz treiben wollte, so wäre am schicklichsten dazu ein Wagen mit 4 Rädern, auf einer festen glatten Bahn, der mit Kugeln oder Steinen von bestimmtem Gewichte gefüllt würde.

XII. Heben.

Alles Heben von großen Lasten, vorzüglich mit gespreizten Beinen und gestreckten Armen, welches so sehr auf den Unterleib wirkt, ist nicht für den Turnplatz. Hieher gehört nur das Heben mit wagerecht gestreckten Armen, welches für diese so außerordentlich stärkend ist.

1. Das Heben des Kraftmessers (Platte 1, Zeichn. P.). Ein 4 — 5 F. langer Stab wird von Zoll zu Zoll mit Einschnitten versehen, in welche Gewichte von 1 — 2 Pfd. gehängt werden, das obere Ende von 6 Z. bleibt rund zum Handgriffe.

Haltung des Kraftmessers. Die Hand umfaßt den Griff fest, so daß die Öffnung zwischen Daumen und Zeigefinger nach oben, die Öffnung der Finger nach inwendig steht. Arm und Kraftmesser sind in gerader Linie; das Ende von diesem ruht auf der Erde.

Das Heben geschieht immer mit 2 Kraftmessern, in

jeder

jeder Hand einen; man bringt sie langsam etwas über die wagerechte Linie und läßt sie dann eben so bis auf den Boden sinken. Ein Gewicht von 2 Pfd. in einer Entfernung von 50 Z. zu heben, erfordert schon ziemlich viele Kraft. Das wagerechte Halten auf die Dauer ist sehr übend.

2. Das Heben des Wagebalkens.

Ein schwerer Balken wird auf eine 2 — 3 F. hohe Unterlage in die Wage gelegt, und an einer Seite mit einer Handhabe versehen. Diese faßt man mit gestrecktem Arme und sucht den Balken zu halten, indem er aus dem Mittel gerückt, oder mit Gewichten beschwert wird.

3. Das Heben von Sandbeuteln, oder besser Gewichten — aber mit Vorsicht —, welche an die ausgestreckten Arme gehängt werden.

XIII. Tragen.

Das Tragen darf man weder zu früh noch zu spät anfangen. Im ersten Anfange muß die Last sehr geringe sein, und nur allmälig kann sie beim Wachsen der Kräfte vermehrt werden.

Um es im Tragen zu einer Fertigkeit zu bringen, gehört Zeit, Geduld, Gewöhnung, stätes Wiederholen und Beharrlichkeit.

Auf Dauerbarkeit beruht die Fertigkeit des Trägers, und daß er noch zu andern gleichzeitigen Bewegungen rüstig ist.

Große Lasten, unter deren Wucht man keucht, soll er als Turner nicht schleppen, wohl aber sich zu einer mäßigen Beilast gewöhnen.

A. Das Tragen lebloser Dinge.

1. Das Tragen in den Händen:

a. mit wagerechten Armen, indem man Sandsäcke in die Hände nimmt — ist mehr eine Hebeübung;

b. mit gesenkten Armen, indem man

Ge-

Gewehre oder schwere Stangen in die Hände nimmt. Für die Arme sehr stärkend.

2. Das Tragen auf den Schultern:

a. schwerer Stangen oder Gewehre;

b. eines doppelriemigen Tragbeutels, der auf beiden Schultern hangt, und nur so schwer ist, daß der Turner andere Übungen damit vornehmen kann, indem Hände und Arme frei sind. — So nützlich diese Übung mit dem Ranzen auch ist, besonders bei kleinen Fußreisen (Turnfahrten), so schädlich kann sie für die Brust werden, wenn man sie übertreibt und schwere Lasten trägt (Siehe Gehen, S. 4 bis 5.).

B. Das Tragen eines Menschen. Nur Größere und Stärkere dürfen Kleinere und Leichtere tragen.

1. Huckeback — Schenkel auf den Hüften.

2. Huckeschulter — Schenkel auf den Schultern.

3. Auf der Handflechte. Die Handflechte wird von zweien sich Gegenüberstehenden gemacht, die mit der rechten Hand ihr linkes Handgelenk fassen, und mit der linken das rechte des Gegners; oder umgekehrt:

a. Einen sitzend, wozu ein Tragepaar;

b. Einen liegend, wozu eine Paarreihe.

Aus dieser Übung geht das sogenannte Schwimmen-lassen hervor, wobei die Paarreihe den Getragenen, welcher sich ganz streckt, in die Höhe wirft, und auf der Handflechte wieder auffängt, so daß der Schwimmende mit jedem Schwub ein Tragepaar weiter kommt. Jedes Tragepaar muß seine Arme hart an die Arme seiner Nebenpaare halten, beim Ruhen wie beim Heben.

Der Schwimmende darf bei keinem Schwub aus der Paarreihe kommen, noch höher als sie. Der Schwub des Paares zu Häupten kann etwas stärker sein, als der anderen Paare, und vom Kopf bis zu den Füßen allmälig abnehmen. Will man weiter schwimmen lassen, als die Parreihe lang ist; so treten die Paare, bei denen der Schwimmende vorbei ist, wieder zu den Füßen Paarweise an. Dieses muß aber mit großer Vorsicht und nie ohne Aufsicht geschehen.

XIV. Strecken.

Strecken heißt die Übung, wobei der Leib vom Hinterkopf bis zur Ferse eine gerade Linie macht. Die verschiedenen Stücke dieser Übung bestehen darin, den Leib in dieser Stellung oder Lage zu erhalten oder zu bewegen, wobei theils die Hände unterstützen, theils mit den Armen ruhend an den Leib geschlossen werden. Alle sind außerordentlich stärkend für das Kreuz.

A. Strecken mit Gebrauch der Hände.

Stufenfolge:

Stand! und Haltung wie beim Springen.

Zehenstand!

Hocken!

Hände ab! und vor! gestreckt.

Nieder! auf die Hände, ohne mit den Knieen die Erde zu berühren.

Gestreckt! Ausstrecken, bis der Leib vom Hinterkopf bis zur Ferse eine gerade Linie macht; also ohne Katzenbuckel und Hangeleib.

Ruhen in der vorigen Stellung. Die

Arme

Arme sind schon ganz gestreckt, wenn sie mit dem Leibe einen rechten Winkel machen. Eine größre Streckung ermüdet zu bald. Übung auf die Dauer bis das Wort Auf! zum Aufrichten ruft; oder verbunden mit dem Umdrehen (Umkreisen):

Kreis um!

a. Umkreisen mit den Händen, d. h. mit den Händen einen Kreis beschreiben, indem die Füße fest stehen bleiben: rechts und links; eine herrliche Übung, die man mit Recht die Rückenprobe nennen kann. Auf die Dauer (Handkreisen — Handkreis).

b. Umkreisen mit den Füßen, wobei die Hände fest! ist weniger wichtig (Fußkreisen — Fußkreis).

Beides Strecken und Umkreisen können geübt werden:

a. indem das Gesicht erdwärts gekehrt, und die Füße also aufzehen;

b. indem das Gesicht himmelwärts gekehrt ist, und die Füße aufferse n. Das Ruhen, und das Umkreisen noch mehr, in dieser Streckung ist sehr schwer.

Dies Strecken kann von einer großen langen Streckriege zugleich geübt werden, wobei man sich am besten

obiger

obiger Achtwörter der Stufenfolge bedienen kann. Dabei muß jeder in der Streckriege gehörigen Raum zum Umkreisen haben.

B. Strecken, ohne Gebrauch der Hände.

Diese werden mit den Armen am Leib, in dessen Richtung, gehalten.

1. Sich von der Erde vor- und rückwärts ausgestreckt aufheben lassen.

2. Ausgestreckt über einer Vertiefung liegen:

a. auf zwei Stühlen, da Hinterkopf und Fersen nur aufliegen; der dritte unterm Gesäß stehende wird vom Liegenden selbst herausgezogen, in die Höhe gehoben, und hin und her übergewechselt;

b. auf einer Latte, deren Enden auf zwei Schämeln ruhen:

mit einem Schwebestock (leichter),

ohne einen Schwebestock (schwerer).

3. Sich erhebend ausstrecken, wenn die Beine bis in das Kniegelenk vom Fuß an auf einer Erhöhung (Stuhl, Bank und dergl.) festgehalten werden, und der Leib in der Tiefe liegt; bis zum rechten Winkel im Hüftgelenk, wobei die Beine im Knie gestreckt.

XV. Ringen.

Ringplatz: er muß so groß sein, daß sich vier bis sechs Ringerpaare bequem tummeln können, ohne sich zu stören. Sollen große Vielkämpfe darauf geführt werden, so muß er 60 — 100 F. lang und 40 — 50 F. breit sein. Er muß weichen Boden haben; und muß von allen Steinchen, Wurzeln, Krautstängeln und Spänen ꝛc. sorgfältig rein gehalten werden.

Ringhaltung: Ein Fuß vorn nach dem Gegner zu, und das Knie gebogen;
Ein Fuß hinten und gequert;
Ellenbogen am Leibe;
Fäuste geballt, vor dem Leibe, nahe an einander;
Oberleib vor gebeugt.

So in der Wage stehend hat der Mensch die größeste Last für den, der ihn aufheben und von der Stelle rücken will. Der Ringer muß nie hoch, sondern niedrig gegen seinen Gegner gehen.

Der

Der Ringgriff theilt sich in den ganzen und halben Griff:

Ganzer Griff, wobei man mit beiden Armen unter denen des Gegners dessen Leib umfaßt;

Halber Griff, wo der eine Arm über dem einen, der andere unter dem andern des Gegners liegt.

Beim Umfassen des Gegners werden die Finger niemals verschränkt; sondern, wo man kann, ist das beste die Handflechte, wobei die gefaßte Hand geballt am besten zum Drücken in das Kreuz des Gegners, und dadurch zum Niederdrücken desselben gebraucht wird.

Vorübungen:

1. das Abgewinnen des ganzen Griffs;
2. das Heben
3. das Rückbeugen
4. das Legen: rechts, links; } mit halbem und mit ganzem Griff: } indem sich der Gegner ruhig verhält oder vertheidigt;
5. das Festhalten an der Erde, eines Stärkeren von Schwächeren:
   a. indem Einer dem auf dem Rücken Liegenden die Arme seitwärts ausbreitet, und des Gegners Beine mit seinen Beinen unterschlingt;
   b. indem der Haltende sich quer, im beinah rechten Winkel, Brust über Brust legt, des Gegners

Brust

Brust und Rücken mit seinen sich verflechtenden Armen umschlingt. Wenn der Gegner sich einem zum Umwenden und Abkommen nähert, rückt man immer weiter herum, um den rechten Winkel wieder zu erlangen;

c. wenn zwei Kleinere, dem Gegner zusammen an Kräften gewachsen, denselben festhalten, der eine zu Haupte nach b, der andre zu Füßen, die er fest mit den Armen umschlingt.

Ungeachtet dieses Festhaltens muß der Gehaltene nun versuchen

6. das Aufkommen. Wer auf dem Rücken dabei liegt, muß zuerst suchen, sich umzuwerfen, damit er auf den Bauch komme, wo er des Gegners auf verschiedne Art sich besser entledigen kann.

Nach diesen Vorübungen kann man, um die Leibesschwere und Stärke, abgesehen von aller Ringfertigkeit, zu erproben, im Gleichfassen ringen. Die Gegner treten einander gegenüber, strecken jeder den nämlichen Arm hoch und den andern erdwärts. Jedes Ringers Arme sind in einem Strich übereck in der Gehre (wälsch Diagonale). Beim Gleichfassen sind entweder beider rechte Arme oder beider link: Arme unten.

Das Ringen im Gleichfassen macht den Übergang zum Ringen im Zulauf.

Das Ringen mit Angriff und Vertheidigung,

Griff

Griff und Gegengriff kunstgerecht nach Folge und Folgerung darstellen zu wollen, geht nicht füglich an, indem die Zahl der Griffe ins Unendliche geht und jeder Gegengriff nach Umständen und Gelegenheit verschieden ist; man muß sich daher begnügen, eine Auswahl von guten Ringgriffen aufzustellen, wozu aber hier nicht Platz und Zeit ist. Durch Übung lernt man bald viele kennen.

Nicht das Niederwerfen, sondern das Festhalten des Unterliegenden entscheidet den Kampf. Jeder Rung ist ein Kampf von Kräften, wo es nur Gegner giebt, aber keine Feinde.

Sich wehrhaft, den Gegner wehrlos zu machen, ist Zweck des Ringens. Mann an Mann. Die letzte Kraftäußerung, wo der Leib selbst die einzige Wehr und Waffe. Unerlaubt ist:

Packen in die Kleider,

Stoßen und Schlagen,

Beißen und Kratzen,

Haargreifen,

Fingerfassen,

Umdrehen einzelner Glieder,

Der Griff zwischen beide Oberschenkel hindurch (wohl aber das Fassen einzelner oder beider Beine!),

Brustknien, noch überhaupt Knieen auf des Gegners Leib und Gliedern.

Gerungen kann werden im:

Zweikampf: Einer gegen Einen;

Dreikampf: Einer gegen Zwei;

Vierkampf: Einer gegen Drei, u. s. w.;

Vielkampf: Viele gegen Viele.

Beim Vielkampf müssen die Gegner an ihren Jacken hinten und vorn Abzeichen haben, am besten ein farbenes Leibband.

Schwächliche, Versteifte, Unbeholfne, noch nicht Eingeturnte dürfen nicht gleich in der ersten Turnzeit zum Ringen gelassen werden.

Ohne Aufsicht darf kein Ringen gestattet werden. Kein Ringkampf (Rung) darf bis zur gänzlichen Erschöpfung des Gegners ausgerungen werden. Sobald einer oder beide Ringer heftiger werden, als dem Turner geziemt, muß der Ringwart sogleich den Kampf aufheben.

Der Rung darf beim Liegeringen nicht zu lange dauern, beim Stehringen kann er länger sein.

XVI. Sprung im Reifen.

Die Reifübungen haben zwar bei Weitem nicht das Mannigfaltige und Bildende als die folgenden Übungen im kurzen Seile; sie verdienen aber dennoch getrieben zu werden, und dies geschieht auf dem Platze für die eben genannten Übungen (S. Platte I., den Plan). Der Reifen, ein leichter Tonnenband, fest verbunden und ohne Knoten, muß dem Springer so hoch gehen, daß er ihn nur so eben unter den Füßen durchrollen kann, d. i. etwa bis ins Hüftgelenk reicht. — Der Reifen darf von den Händen niemals festgehalten werden, und nicht durch diese, sondern durch den Schwung seine Drehung erhalten.

1. Durchschlag des Reifen von vorn. Bei dieser und den beiden folgenden Übungen (2 u. 3) wird der Reifen mit beiden Händen, jede einige Zoll von der andern, gefaßt. Der Reifen geht zuerst unter den Füßen und dann über den Kopf weg und so fort.

2. Durchschlag des Reifen von hinten. Der

Reifen geht zuerst über den Kopf, und dann von hinten unter den Füßen weg.

3. Durchschlag im Lauf:

a. im Galopp, wo nach jedem Durchschlag beide Füße die Erde berühren, und immer derselbe vorgreift;

b. im Trabe, wo nach jedem Durchschlag nur ein Fuß die Erde berührt, und der andre schwebend gehalten wird.

4. Halber Durchschlag seitwärts. Die eine Hand hält den Reifen seitwärts hoch, schlägt ihn unter den Füßen durch, und nach erfolgtem Aufsprunge sogleich wieder zurück.

5. Ganzer Durchschlag seitwärts. Haltung wie vorher, der Reifen macht aber ganze Umschwünge;

a. erst unter den Füßen, dann über den Kopf weg (von auswendig nach inwendig);

b. erst über den Kopf und dann unter den Füßen weg (von inwendig nach auswendig).

XVII. Sprung im Seile.

A. Im kurzen Seile, welches der Springer selber schwingt.

Das Seil muß ½ — ¾ Z. stark sein, und wird so lang gefaßt, daß, wenn der Springer darauf tritt, es ihm zu beiden Seiten bis an die Hüften geht; bei dem gekreuzten Durchschlage etwas länger.

Die Haltung ist hier und beim Reifensprung, wie bei den Springvorübungen:

die Arme werden etwas gekrümmt nahe an den Leib gebracht,

die Hände in der Gegend der Hüften, nur wenig vorgestreckt;

die Seilschwingung geschieht bloß durch Drehung der Handgelenke; die Arme dürfen sich gar nicht oder nur wenig rühren.

1. Einfacher Durchschlag.

a. Gerader Durchschlag:

auf der Stelle:

von vorn,

von hinten;

im Laufe:

im Galopp,

im Trabe.

b. Gekreuzter Durchschlag, wobei die Unterarme kreuzweise über einander liegen:

1. mit derselben Kreuzung:

auf der Stelle:

von vorn,

von hinten;

im Laufe:

im Galopp,

im Trabe;

2. mit stets wechselnder Kreuzung:

auf der Stelle:

von vorn,

von hinten;

im Laufe:

im Galopp,

im Trabe.

2. Doppelter Durchschlag, wobei das Seil bei jedem Aufspr. zweimal unter den Füßen durchgeht.

a. Gerader Doppeldurchschlag, } Hierbei kommen alle vorher angeführten Abänderungen vor.

b. Gekreuzter Doppeldurchschlag. }

3. Die Drehung, um a. den Durchschlag von vorn in den von hinten zu verwandeln, und b. umgekehrt:

a. der Springer schwingt das Seil in demselben Augenblick, da er es eigentlich von vorn nach hinten unter den Füßen durchschlagen sollte, statt dessen an seiner rechten Seite vorbei in die Höhe, dreht sich zugleich schnell rechts herum, und macht nun den Durchschlag von hinten nach vorn. —

Gehet ebenfalls mit der linken Drehung;

b. der Springer dreht sich in dem Augenblick, da er das Seil von hinten nach vorn unter den Füßen durchgeschlagen hat und es vorn hochschwingt, rasch um, und macht nun so den Durchschlag von vorn nach hinten.

Anfangs langsam, dann auf Schnelle und Dauer.

Bei Erlernung der gekreuzten und doppelten Durchschläge wird man anfangs zur Erleichterung immer mit einfachen abwechseln; überhaupt ist es aber auch eine schöne Übung, nach einer bestimmten Reihenfolge mit den verschiedenen Arten von Durchschlägen abzuwechseln; und dabei kann man noch bald die Kniee strecken, bald die Füße anziehen oder ganz den Doppelschlag der

Füße

Füße machen (anfersen), auf einem Fuße hüpfen (hinken) oder bei jedem Aufsprunge mit den Füßen wechseln.

B. Im langen Seile, welches von einem andern geschwungen wird.

Das Schwungseil muß etwa ¾ Z. stark, weich und biegsam, und 16 — 20 F. lang sein. Das Seil wird an einem Pfahle, Baume ꝛc. etwa 3 ½ F. hoch vom Boden befestigt. — Wer das Seil schwingen will, ergreift es etwa 14 F. von seiner Befestigung, und bringt es nur durch eine kleine Drehung der Hand in beständige Kreisschwingungen, bei denen es ganz nahe über dem Erdboden weg gehen muß. Man erlangt hierin bald Fertigkeit, so wie im schnellen und langsamen Drehen und im Nachgeben. Das Letztere ist besonders nothwendig, um einen Anstoßenden nicht hart fallen zu lassen.

Die Übungen im langen Seil theilen sich in solche,

1. wobei der Springer auf der Stelle bleibt.

Der Springer tritt vorwärts, rückwärts oder seitwärts zur Mitte des Seiles, welches nun dann von vorn, von hinten oder von der Seite unter den Füßen weg geschwungen wird.

Die Kniee kann man in der Luft strecken oder anziehen, und auch den Doppelschlag mit den Füßen machen;

2. wobei der Springer nicht auf der Stelle bleibt:

a. das Durchlaufen des Seiles. Das Seil wird — vom Springer abwärts — gedreht. Dieser nimmt den Augenblick wahr, wo es ihm am nächsten ist, und läuft, indem es sich von ihm entfernt, hinter dasselbe her, welches nun vor ihm in die Höhe geht und ihm Zeit läßt zum Entwischen. Dies kann von einer ganzen Riege hinter einander geübt werden;

b. das Überspringen des Seiles. Das Seil wird dem Springer entgegen gedreht. In dem Augenblick, wo es am höchsten ist, macht derselbe den Aufsprung; während er sich aufschnellt, sinkt das Seil bis zur größten Tiefe. Der Sprung und Springer muß aber rasch sein, damit er nicht vom Seile ereilt wird;

c. der Sprung in das Seil und das Herauslaufen. Das Hinüberspringen ist wie vorher, der Springer bleibt aber auf der Niedersprungstelle, läßt das Seil einige Mal unter sich durchgehen und läuft dann rückwärts hinaus;

d. der Augenblick im Seile. Der Hineinsprung ist wie vorher, aber das Herauslaufen

folgt

folgt sogleich, ohne daß man einen Umschwung des Seiles abwartet.

e. der einfache Kreislauf: ist die Übung unter a und b. Die Riege ist aber so groß, daß sie den Kreis, dessen Mittelpunkt der Pfahl und dessen Halbmesser die halbe Länge des Seiles ist, ausfüllt. Der Lauf geht immer fort, und bei jedem Umschwunge muß Einer durchlaufen oder überspringen. — Auf der andern Seite des Pfahles kann noch ein Seil, wie das erste oder ihm entgegen, geschwungen werden, so daß man bei jedem Umlaufe 2 Seile durchlaufen oder überspringen, oder eins durchlaufen und das andre überspringen muß;

f. der doppelte Kreislauf. Es machen zwei Riegen in entgegengesetzter Richtung zugleich den Kreislauf, die eine läuft inwendig, die andre auswendig; die eine überspringt das Seil, wenn die andre durchläuft.

Alle diese Übungen lassen sich nun mit denen im Reifen und kurzen Seile verbinden, wodurch wieder eine große Menge von künstlichen Zusammensetzungen entsteht.

Anhang
mancherlei Übungen.

1. Das Überspringen einer mit der Hand gehaltenen kurzen Ruthe, eines Stabes oder der zusammengehaltenen Hände.

2. Die ganze Drehung um die Axe und mehr, beim Sprung auf der Stelle.

3. Setzen und Aufstehen ohne Gebrauch der Hände:

   a. die Beine unter gekreuzt;

   b. ein Bein vorgestreckt, welches beim Setzen und Aufstehen gar nicht berühren darf, also auf einem Fuße;

   c. lang sich hinlegend, mit verschränkten Armen, und nun aufstehen, ohne Arme und Hände zu gebrauchen; — auch von einer ganzen Liegereihe nach dem Wort und Ruf in die Wette geübt.

4. Ohrfassen und Armdurchschleifen:

   1. mit der linken Hand das rechte Ohr, und den rechten Arm hindurch geschleift;

2. mit der rechten Hand das linke Ohr, und den rechten Arm durchgeschleift.

Bei beiden Arten entweder

a. das Ohr oben gefaßt (leichter), oder

b. am Ohrläppchen gefaßt (schwerer).

5. Das Berühren der Stirn mit dem Fuße; das Legen des Fußes in den Nacken.

6. Das Umfassen des Hinterkopfes mit Arm und Hand, bis zum Kinn und weiter mit den Fingerspitzen reichend.

7. Das Herausziehen eines Messers, welches neben dem kleinen Zehen im Boden steckt, wobei die entgegengesetzte Hand hinter den Füßen herumgreift, und diese fest und grade aus stehen bleiben.

8. Das Aufheben eines vor Einem liegenden Gegenstandes, wenn die Fersen nur wenige Zoll von einer Wand stehen.

9. Das Berühren der Erde mit den Fingern, wenn die Kniee ganz gestreckt bleiben.

10. Ein Stück Geld oder dergl., in der Entfernung von etwas weniger als der eignen Leibeslänge, mit dem Munde von der Erde aufnehmen, ohne diese mit dem Leibe zu berühren, also gestreckt.

11. Bückkreiseln.

Man faßt mit einer Hand das Ohrläppchen der andern Seite, nimmt in die freie Hand einen höl-

zernen

zernen Teller, Scheibe ꝛc., streckt den Arm und bückt sich so weit vorn über, daß das in der Hand Gehaltene auf der Erde streichend einen Kreis beschreibt. Nach etwa dreimaligem Umkreiseln richtet man sich in die Höhe, läßt das Ohrläppchen los, hält den Teller mit dem Arme wagerecht, und versucht grade aus zu gehen.

12. Die Quern.

Ein Paar Gleichgroßer und Gleichschwerer tritt auf einem ebenen Platz sichtwärts gegen einander, schließt die gestreckten Füße, stellt sie gegenseitig Zehen an Zehen, streckt Arme und Hände aus, so daß letztere einhäkeln, wobei einer die Unterhand, der andere die Oberhand hat. Nun quernt das Paar entweder links oder rechts herum, und darf sich während des Quernens nicht loslassen.

Anmerkung. Bückkreiseln und Quernen sind eine sehr gute Mithülfe, um schwindelfest zu werden.

13. Das steife Anlehnen an eine Wand, in immer schrägerer und weiterer Richtung und Lage, und das steife Abstoßen aus dem Kreuz und Nacken im Stande, wobei die Arme am Leibe gestreckt gehalten werden.

14. Man setzt sich auf etwas Rundes, Walzen- oder Kugelförmiges, z. B. steinerne Flasche (Kruke) ꝛc.

streckt

streckt die Beine nach vorn über einander, so daß nur ein Absatz den Boden berührt (leichtere Art).

Zweite Art (die schwerere): die Beine werden über einen Stock gekreuzt, der mit seinem Unterende auf dem Fußboden, und mit dem Oberende auf dem Schooß liegt.

In dieser Haltung nimmt man nun allerlei vor: Nadel einfädeln, ein Licht am andern anzünden, seinen Namen auf ein Blatt schreiben, sprechen mit Begleitung von Handgebärden, aus einem Bächer trinken, ohne sich zu begießen oder etwas zu verschütten.

15. Das Knicken der Handgelenke mit verschränkten Fingern und gegen einander gestützten Ellenbogen; nur bis zum Nachgeben der Handgelenke, nicht aber der Finger.

Das Knicken kann geschehen:

a. einhandig:

links gegen links,

links gegen rechts,

rechts gegen rechts;

b. beidhandig:

hier werden die Finger gegenseitig so verschränkt, daß die rechte Hand des Einen gegen die linke des Andern kommt, und eben so umge-

gekehrt. Überhaupt linke Hand gegen rechte, und rechte gegen linke.

Man macht zwei Gänge, damit jeder die Daumen ein Mal auswendig haben kann.

16. Das Schmitzen.

Erste Art: muß umzechig, Schmitz um Schmitz, geschehen. Man pflegt dabei wohl die ganze Buchstabenreihe nach ihrer Folge durchzuschmitzen, so daß der Erste (Anschmitzer) bei dem Schmitzgeben A., und der Andre, sobald er seinen Schmitz giebt, B. sagt. Zum Schmitzempfangen muß Jeder Zeige- und Mittelfinger wagerecht gestreckt halten. Wer abzieht, ist überwunden; dagegen kommt der Fehlschmitz dem Stillhaltenden zu Gut.

Zweite Art. Hier hat Einer beide Hände oben (Oberhand), der Andre beide Hände unten (Unterhand). Die beiden vorderen Fingergelenke werden gegenseitig etwas einwärts gebogen, so daß sich die Fingerspitzen an den hinteren Fingergelenken gegenseitig berühren.

Die Unterhand fängt an, oder hat das Anschmitzen. Eine Hand oder beide Hände schnell unten hervorgezogen, gekehrt, und dann mit der Fläche auf die Außenseite der Hände des Gegners

ners geschmitzt. Das Schmitzen kann einfacher Schmitz, Doppelschmitz und Kreuzschmitz sein.

17. Das Knöchen.

Zwei stellen sich sichtwärts gegen einander, in dem Maaß, daß Jeder den ausgestreckten Unterarm des Andern bequem mit der Faust erreichen kann. Jetzt biegt Jeder seinen Kampfarm etwas einwärts. Die Fäuste werden geballt. Der Ruharm wird wagerecht vor den Bauch gelegt, und darf auf keinerlei Weise gebraucht werden. Der Eine hält nun zuerst seinen gebogenen Unterarm ziemlich wagerecht hin, daß der Andere ihn mit der Faust treffen (knöchen) kann. Dem, der seinen Arm hinhält, steht frei durch Bewegung des Armes die Faust des Gegners aufzufangen, auch mit dem Ellenbogen; nur Abziehen gilt nicht. Doch muß das Knöchen mit ruhigem Hinhalten des Armes und Aushalten des Knöchs zuerst geübt werden; die geballte Faust knöcht aber stets flach (mit dem Mittelgliede der vier Finger), nie scharf (mit den Mittelknöcheln derselben). So wie der Eine geknöcht hat, hält er seinen Unterarm wieder dem Andern hin; denn das Knöchen geschieht immer umzechig oder wechselweise (Knöch um Knöch). Wer die mehrsten Knöche aushalten und austheilen kann, ist Sieger.

Keiner

Keiner darf beim Knöchen ausfallen, sondern muß das Maaß halten.

Nur Gleichgroße und Gleichstarke dürfen gegen einander knöchen.

Anmerk. Schmitzen und Knöchen machen den Übergang vom Scherz zum Ernst, und müssen daher immer mit Vorsicht und Aufsicht getrieben werden.

Bei den andern Turnkämpfen ist es nicht, wie hier, Zweck, dem Gegner Schmerz zu verursachen, und ihn dadurch zu überwinden. Es ist aber höchst nothwendig, daß der Turner über den Schmerz Herr wird, und ihn im Kmapfe mit Anstand und Würde ohne Murren ertragen lernt.

Schmitzen und Knöchen gewöhnen an Ertragung von leichtem Schmerz, an Überwindung des Unmuthes bei unangenehmen Gefühlen, zum Aushalten und Ausharren bei einer mit Schmerz verknüpften Anstrengung.

16. Armproben:

a. Armsteifen und-beugen.

Einer streckt seinen gesteiften Arm aus, so daß er nicht völlig wagerecht liegt, sondern sich etwas erdwärts senkt, wobei er die Faust ballt. Der Andere, so den gestreckten steifen Arm beugen will, faßt ihn oberhalb des Handgelenkes mit seiner entgegengesetzten Hand von außen im Aufgriff. Also — ist der rechte Arm steif ge-

streckt

streckt, so muß der Beuger mit seiner linken Hand fassen, und wäre es der linke Arm, mit der rechten. Der Beuger muß alle Mal auf der Außenseite des steif gestreckten Armes stehen.

Die andre Hand legt er über die Hand des steif gestreckten Armes, so daß jeder Finger auf den nämlichen Finger kommt, und der Daum den Daum kreuzt.

Nun sucht man durch kräftigen Druck auf die geballte Faust, und festen Widerhalt mit der andern Hand, das Handgelenk zu beugen, worauf der Arm auch im Ellenbogengelenk nachgiebt.

Das Beugen darf nur durch gleichmäßigen Druck und Widerhalt geschehen, niemals durch Ruck und Zuck, was gefährlich ist.

b. Armstützen und -stürzen. Zwei setzen sich an einen überreichbaren Tisch gegen über, stützen jeder einen und den nämlichen Ellenbogen, entweder den rechten oder den linken auf den Tisch, so daß sich Unterarm und vorausgestreckte Hand vornüber neigen. Beide legen nun die Druckhände fest in einander (handen ein) und suchen durch ebenmäßigen Dauerdruck von Innen nach Außen des Gegners Arm niederzudrücken (zu stürzen). Rucke und Zucke dür-

dürfen dabei nicht Statt finden, die Ruhhand bleibt unter dem Tisch, und wird auf den Schenkel der nämlichen Seite gestützt.

Es muß zwiefach geübt werden:

links gegen links,

rechts gegen rechts.

c. Armstraffen und-schlaffen:

Bauch etwas eingezogen, die Arme wagerecht vorgestreckt, daß sie mit dem Leibe eine sechseckige Zelle bilden, wobei sich die Spitzen der Mittelfinger berühren. Der Straffer darf seine Arme nicht nahe an seiner Brust haben.

Das Schlaffen muß ohne Ruck, bloß durch Ziehen geschehen. Der Schloffer faßt die Arme des Straffers neben dem Handgelenke im Aufgriff.

19. Schulterübungen.

a. Das Zusammenschlagen der Ellenbogen:

1. vorwärts — wobei der Rücken der Hände gegen die Seite gesetzt wird;

2. rückwärts.

b. Das Zusammenschlagen der Hände mit wagerecht ausgestreckten Armen:

1. die Hände schlagen vorn mit der Fläche und hinten mit dem Rücken zusammen;

2. die Hände schlagen vorn mit dem Rücken und hinten mit der Fläche zusammen.

c. Die Arme hangen senkrecht herunter, mit dem Rücken der Hand nach vorn; und werden nun vorwärts in die Höhe und so weit als möglich zurück bewegt, dann eben so hinab und nach hinten hinauf; also in einer senkrechten Ebene; in dieser haben die Schultern etwas weniger Freiheit als in der wagerechten.

d. Das Radschlagen der gestreckten Arme. Die Arme werden aufwärts bewegt wie vorher, dann aber nach hinten gedreht und herab geworfen, wieder gehoben u. s. w.; alles soviel als möglich in der senkrechten Ebene.

Alle diese Bewegungen werden von beiden Armen zugleich ausgeführt.

20. Die Rückwippe: das Rückheben Zweier, die sich mit den Rücken gegen einander stellen und die Arme in einander schlingen.

21. Das Handeln auf der Erde.

a. Aus dem Sitz auf der Erde sich auf den Händen in die Schwebe heben, und dann forthandeln (Beine gestreckt nach vorn): vorwärts und rückwärts.

b. Aus der Stellung zum Sitzhocken die Hände zwischen den Knieen auf die Erde setzen (die

Kniee

Kniee daran klemmend), sich in die Schwebe heben und forthandeln: vorwärts und rückwärts.

22. Der Sprung gegen die Wand, mit Übertritt des andern Fußes und Drehung beim Niedersprung (Rücken wandwärts).

23. Das Hinanlaufen an einer Wand mit Drehung beim Niedersprung.

24. Das Stabwinden. Die Hände fassen den Windestab, wie beim Stabspringen, und setzen ihn fest gegen die Erde.

Wenn die rechte Hand oben ist, tritt der linke Fuß über den rechten fort; der Turner dreht und biegt sich rückwärts mit Kopf und Leib unter dem Stabe durch, und eben so zurück. Je tiefer die Hände, desto schwerer.

25. Das Übersteigen des Stabes. Der Stab ist dünn und etwa 3 F. lang.

a. Erste Art:

1. Haltung hinter dem Rücken, Däume nach außen,
2. Wende über den Kopf nach vorn (Vornwende),
3. Durchsteigen mit beiden Füßen,
4. Rückwende des Stabes.

b. Zweite Art:

1. wie bei a.,
2. wie bei a.,

3. Übertritt von vorn nach hinten um einen Arm, mit dem rechten oder linken Fuß,

4. Wende über den Kopf mit der linken oder rechten Hand,

5. Rücktritt mit dem rechten oder linken Fuß,

6. Rückwende.

26. Durchsteigen.

Erste Art (oder die leichtere). Beide Hände werden flach auf die vordern Ecken des Schämels oder Stuhles gestützt, die Arme gesteift; worauf der Turner erst mit dem einen Fuß durchsteigt, und, so bald er diesen auf die Erde gesetzt hat, den anderen nachholt.

Die Hände dürfen nicht gelüftet werden, sondern müssen fest auf den Ecken bleiben; auch muß der Sitz des Schämels oder Stuhles eigentlich gar nicht, oder doch nur sehr leise von der Sohle gestreift werden.

Dies gilt vom Vor- und Rückdurchsteigen. Der Turner kann anfangen und enden:

1. an der linken Seite des Schämels oder Stuhles stehend,

2. an der rechten.

Zweite Art (oder die schwerere). Die eine Hand wird auf eine Vorderecke flach gestützt, die andere

dere übereck in der Gehre (wälsch Diagonale)
auf die Hinterecke:

1. linke Hand auf der Vorderecke,
2. rechte Hand auf der Vorderecke.

27. Das Sillen: eine lustige scherzhafte Übung.

Sillzeug: ist der Sillbaum, eine wenigstens 4 F. lange runde Stange, die 4 — 5 F. hoch über der Erde auf 2 Ständern oder an Bäumen befestigt wird.

Sillgeräth:

Sillseil, ein Seil von 15 — 20 F. Länge und $\frac{1}{2}$ bis $\frac{3}{4}$ Z. Stärke;

Sillpflock: ein hölzerner Pflock von 2 Zoll Länge, der in ein kleines Loch oder Spalte an der untern Seite des Sillbaumes lose gesteckt wird.

Die Sillübung:

Das Seil wird so über den Sillbaum geworfen, daß es jenseits in einem Bogen beinah bis zur Erde hangt, die beiden Enden hangen diesseits zu beiden Seiten des Sillpflockes. Der Siller tritt nun mit einem Fuße in den Bogen des Seiles und faßt die Enden mit beiden Händen; bringt nun den andern Fuß neben dem ersteren hindurch, zieht sich durch Anziehung der Seilenden in die Höhe und schlägt

mit

mit dem freien Fuße den Sillpflock heraus; zieht dann den freien Fuß wieder durch das Seil zurück, und läßt sich langsam zur Erde nieder. Sobald der Siller nicht mit Geschick zu Werke geht und darin etwas versieht, fällt er herunter; an sich ist die Übung leicht. Da nun das Fallen oft geschieht, so muß der Sillbaum nicht höher als beschrieben ist, und die Erde unter ihm weich und aufgelockert sein. Man kann links sillen und rechts sillen, je nachdem man mit dem linken oder rechten Fuße den Sillpflock herausschlägt. Man kann dabei auch beide Enden des Seiles mit einer Hand fassen, oder den Pflock nach dem Herausschlagen wieder aufnehmen und hineinstecken, und mehrere dergleichen Veränderungen machen.

Zweiter Abschnitt.

Die Turnspiele.

Von den Turnspielen überhaupt.

Zur Turnkunst gehören sehr wesentlich die Turnspiele. Sie schließen sich genau an die Turnübungen, und bilden mit ihnen zusammen eine große Ringelkette. Ohne Turnspiele kann das Turnwesen nicht gedeihen, ohne Spielplatz ist ein Turnplatz gar nicht zu denken. Auch außerhalb der Schranken des Turnplatzes sollte von Rechts wegen jede Turnanstalt ein Turnfeld haben, wo Blache und Wirre mit einander abwechseln, wo Hain, Gebüsch, Gestäude, Dickicht und offne Räume anzutreffen, Laubholz und Tangelholz.

In jeder Turnübung liegt eine Schule, obschon die freie Aneignung der Kraft hier bei weitem größer ist als anderswo; in jedem echten Turnspiel regt sich eine Welt. So machen Turnspiele den Übergang zum größern Volksleben, und führen den Reigen der Jugend. In ihnen lebt ein geselliger freudiger lebensfrischer Wettkampf. Hier paart sich Arbeit mit Lust, und Ernst mit Jubel. Da lernt die Jugend von klein auf, gleiches Recht und Gesetz mit andern halten. Da hat sie Brauch, Sitte,

Ziem

Ziem und Schick im lebendigen Anschaun vor Augen.

Frühe mit seines Gleichen, und unter seines Gleichen leben ist die Wiege der Größe für den Mann. Jeder Einling verirrt so leicht zur Selbsucht, wozu den Gespielen die Gespielschaft nicht kommen lässet. Auch hat der Einling keinen Spiegel, sich in wahrer Gestalt zu erblicken, kein lebendiges Maaß, seine Kraftmehrung zu messen, keine Richterwage für seinen Eigenwerth, keine Schule für den Willen, und keine Gelegenheit zu schnellem Entschluß und Thatkraft.

Knaben und Jünglinge kennen ihre Gespielen, Gesellen, Gefährten und Gespanne sehr genau, nach allen ihren guten und schlimmen, schwachen und starken Seiten. Daher kommen die sogenannten Ekel- Spitz- und Spottnamen in Schule, Feld und Welt. So ist das Zusammenleben der wähligen Jugend der beste Sittenrichter und Zuchtmeister. Ihr Witz ist ein fröhliches Treibjagen auf Mängel und Fehler. Die Gespielschaft ist der scharfsichtigste Wächter, dem nichts entgeht, ein unbestechlicher Richter, der keinen Nennwerth für voll nimmt. So erzieht sich die Jugend auf eigenem und geselligem Wege in kindlicher Gemeinde, und lebt sich Bill und Recht ins Herz hinein. Selbstling, Spielverderber, oder nach dem Kinderreim: "Spielverläufer — Katzenversäufer" mag auch die unverschämteste

teste Range nicht heißen. Es giebt zur Größenlehre nur den gemeinen Pfad, keine vornehmen Wege.

Von der zahlreichen Menge sogenannter Knaben-, Jugend- und Gesellschaftsspiele können nur äußerst wenige Turnspiele heißen. Zuerst fallen alle Sitzspiele sammt und sonders aus; ein Turnspiel will Bewegung, gemeinsames Regen und Tummeln auf dem Wettplan. Noch weit weniger ist von der Unzahl jener schon üblichen oder leider noch erdenklichen Spiele die Rede, die den Reiz zur schnöden Gewinnsucht nähren, und, wenn das Glück einschlägt, etwas Erkleckliches abwerfen. Ein Spiel sollte nie einen Erwerb geben. Turnspiel geht um Sieg und Gewinn, aber niemals um Gewinst. Darum sind selbst dem kleinsten Turner auch außer der Turnzeit niemals: Marmel, Knippkügelchen, Knopf- und Nadelspiele u. a. d. — zu gestatten. Mit solchen Nichtswürdigkeiten fängt man an, und mit seinem oder anderer Leute Vermögen hört man auf. Die Sündfluth von Kinderschriften hat einen Schwall von ausgesonnenen Kinderspielen, die keinem kindlichen Kinde recht sind. Denn es giebt wahnbefangene Schriftleute, die schreiben läppisch für Kinder und albern für's Volk. Manche vortreffliche volksthümliche Spiele sind durch böse Zeitläufte und Ausländerei in Deutschen Landen aus dem Leben verschwunden. Ihre Namen, aber auch weiter nichts, kennt man noch von Hörensagen. Sie

hu-

haben sich zugleich mit alten Volksfesten verloren. Die Jugend hat viel wieder gut zu machen, und in der Folgezeit durch Turnkunst, fröhliche Reigen und Turnspiel die Volksfeste zeitgemäß zu beleben.

Ein gutes Turnspiel muß:

1. keine zu große und weitläuftige Vorrichtungen erfordern;
2. leicht erlernbar sein, und doch regelfest in sich begründet;
3. nicht vom bloßen Zufall oder meist von ihm abhängen;
4. eine nicht zu kleine Anzahl von Spielern turngemäß beschäftigen;
5. nicht einen zu großen Raum bedürfen, der mit der kleinen Spielerzahl in keinem Verhältniß steht;
6. unter den Mitspielern keine müßige Zuschauer brauchen;
7. bewürken, daß jeder sich gehörig rührt, und keiner müßig feiert;
8. eine zweckmäßige Vertheilung von Last und Rast haben;
9. nicht einseitig und ohne Abwechselung im ewigen Einerlei bleiben;
10. um gut gespielt zu werden, eine große Gewandheit und Geschicklichkeit der Mitspieler verlangen;
11. immer wieder mit neuem Eifer und reger Theilnahme gespielt werden können;
12. vor allem aber dem jugendlichen Gemüthe behagen.

Be=

Beschreibung

einiger erprobten und bewährten Turnspiele.

A. Spiele, so auf dem Turnplatze und zwar auf dem Spielplatze (S. Platte 1; Plan, XIX.) vorgenommen werden können.

1. Schwarzer Mann.

Die ganze Anzahl der Spielenden, nicht gut unter 20 und über 100, stellt sich auf das eine Mal des Spielplatzes. Von Allen muß nun Einer den Schwarzen Mann abgeben, welcher sich, mit einem Abzeichen (Leibband, Tuch, etwas Grünem oder dergl.) versehen, auf das andre Mal begiebt. Der Schwarze Mann kommt nun den Andern mit dem Rufe: „fürchtet ihr euch vor dem Schwarzen Mann?“ diese Alle aber mit dem lustigen lauten Schrei: „Nein! — Nein! —“ oder dergleichen dem Schwarzen Mann entgegen und suchen das andre Mal zu erreichen. Der Schwarze Mann dagegen sucht sich Gespielen zu erhaschen, und wer von ihm mit einer Hand drei Schläge hinter einander erhält, ist gefangen und tritt als Schwarzer Mann neben ihm auf. — Dieser Gang des Spiels wiederholt sich nun so oft, bis Alle Schwarze Männer geworden sind. Wann aber zuletzt eine kleine Schaar oder Einer drei

Male

Male hinter einander durchkommt, ohne daß alle oder einer gefangen werden; so sind sie frei.

Die Schwarzen Männer müssen jedesmal zusammen von ihrem Male ausgehen und rufen. Wenn aber von einem derselben ein noch nicht Gefangener in ihrem Male betroffen wird, so ist er, ohne einen Schlag erhalten zu haben, gefangen, eben so wer über die Gränzen des Platzes läuft; dagegen mag sich aber auch kein Schwarzer Mann in dem Male der Andern erblicken lassen! — Jeder Gefangene muß sofort ein kennbares, von der Schwarzen Männer-Schaar angenommenes, Zeichen anthun.

2. Barlaufen.

Die ganze Zahl der Spielenden, nicht gut unter 20 und über 60, wird nach der Fertigkeit im Laufen erst paarweise gestellt und dann in zwei gleichzählige Hälften (Gespielschaften) getheilt, deren jede ein Mal einnimmt. Die eine Spielhälfte schickt einen ihrer Spieler zum Fordern, womit jedes Spiel eröffnet wird. Dieser sucht sich einen Feind, den er fordern will, heraus. Beide setzen einen Fuß gegen einander, und den andern nach hinten. Der Geforderte

legt

legt sich weit vor, ohne den hinteren Fuß zu heben, und streckt beide Arme aus; der Forderer legt sich zurück und giebt mit einer Hand dem Geforderten drei Schläge, so schnell oder langsam als er will, auf eine oder beide Hände: nach dem dritten Schlage sucht er aber sein Heil in der Flucht. Der Andre sucht ihn sogleich oder auf der Verfolgung mit einem Schlage zu erreichen. Kann er dies, so hat er ihn zum Gefangenen gemacht. Erreicht er ihn aber nicht sogleich (wenigstens bis zur Mitte der Spielbahn), so schickt die andre Spielschaar dem Forderer einen Andern zur Hülfe, vor dem der Geforderte weichen muß.

Überhaupt ist nun das waltende Gesetz im Spiele, daß jeder vor solchem Gegner weichen muß, und von dem durch einen Schlag gefangen werden kann, welcher später aus seinem Male gekommen und ausgelaufen ist, als er selbst. Das Auslaufen geschieht zwar nach keiner bestimmten Ordnung, doch ist es in den meisten Fällen als Regel zu beobachten, daß jeder nur gegen einen Gegner ausläuft, dem er im Laufen gewachsen ist.

Auch muß der Vorturner, welcher selbst als beiderseitiger Spiel- und Schiedrichter nicht mit-

mitspielt, darauf sehen, daß Einer nicht zu oft, Mancher gar nicht und nie zu Viele auf ein Mal auslaufen. Wird der Platz einen Augenblick leer, so finden sich von einer Hälfte sogleich Bländer ein, welche den Feind locken.

Drei bis vier Schritt von jedem Male an Einer Seite der Bahn, von beiden Hälften rechts oder links (d. h. immer von den quer gegenüberliegenden Winkeln des Spielplatzes), steht ein Pfahl oder dergl., an welchen die Gefangenen gestellt werden. Diese stehen mit grätschenden Beinen, von denen der eine immer den des Nebenmannes berühren muß, an der Seite des Platzes; der äußerste (seiner Spielschaar zu der erste) streckt die Hand seiner Spielschaar entgegen. Jede Spielschaar kann ihre Gefangenen erlösen, wobei nur der äußerste derselben einen Schlag zu erhalten braucht, und alle sind befreit, die mit einander in Berührung standen; doch muß der Befreier sich hüten, nicht vorher geschlagen zu werden; indem oft solche streitige Fälle vorkommen, daß der Befreier nach der Gegenschaar Behauptung eher geschlagen worden und also gefangen sein soll. Bei so streitigen Fällen entscheidet der Vorturner im Spiele.

Das Erlösen bringt noch ein größeres Leben in

in das Spiel, indem die Einen auf Erlösung aus-
gehen, die Andern die Gefangenen bewachen.

Gesetze beim Spiele:

1. Vier bis sechs Gefangene, je nachdem die Zahl der Spieler ist, machen ein Spiel.
2. Die Hälfte, welche gewonnen, fordert im nächsten Spiele.
3. Sobald ein Gefangener gemacht ist, hört das Spiel so lange auf, bis jede Hälfte in ihrem Male ist und die Gefangenen stehen.
4. Wer über die Gränzen des Platzes läuft, ist gefangen.
5. Nur nach Endigung eines Spieles können Spieler abgehen.
6. Auch können alsdann von beiden Seiten durch Kabeln neue Spieler angenommen werden, so lange die Spielerschaft nicht die angenommene Richtzahl von sechszig übersteigt.
7. Sind zwei Spiele geendigt, und wollen Andre spielen, so müssen die früheren Barläufer Platz machen.

B. Spiele, so außerhalb des Turnplatzes vorgenommen werden müssen.

1. Das Ritter- und Bürgerspiel:

Will man dies Spiel mit einzelnen Abtheilungen vor-

nehmen, während die andern sich auf dem Turnplatze üben, so muß der dazu nöthige Platz ganz in der Nähe des Turnplatzes sein. Findet man ihn nur entfernt, so muß man mit allen Turnern auf mehrere Stunden dort hin ziehen.

Die beste Beschaffenheit und Gelegenheit des Platzes ist folgende:

Ein waldiger Platz von 200 — 400 Schritt im Geviert. Kienenschonungen und dichtes Unterholz sind am besten. Der Platz muß wo möglich vieles und dichtes Gebüsch und auch freie Stellen haben, so wie Erhöhungen und Vertiefungen (Tollen und Tellen) oder Graben. Die Zahl der Spieler wird nach der Stärke so eingetheilt, daß nach ausgetheilten Besatzungen auf beiden Seiten gleich viele sind. Die eine Spielschaar stellt Ritter, die andre Bürger vor. Die Ritter haben 4 Burgen, jede etwa 20 — 50 Schritt von einer Ecke des Platzes entfernt. Die Bürger haben eine Stadt, in mitten des Platzes.

Die Stadtbesatzung muß wenigstens 2 Mann und immer so stark sein, als die Besatzungen von 2 Burgen zusammen. Wenn 50 — 60 Spieler sind, so müssen in die Stadt 4, in jede Burg 2 Mann gelegt werden. —

Das ganze Spiel geht nun darauf aus, den Feind

durch

durch Gefangennehmung seiner Leute so zu schwächen, daß er nicht mehr im Stande ist, im freien Felde und offner Feldschlacht Widerstand zu leisten. Die hiezu nöthigen Kämpfe werden durch Ringen geführt. Die Leiter des Spieles, die Anführer der Spielschaaren müssen besonders darauf sehen, daß dasselbe nicht in ein bloßes Balgen ausartet. Schlagen und Stoßen ist niemals erlaubt. Um dies zu bezwecken, muß man Folgendes beobachten.

Eine offne Schlacht muß immer vermieden werden, so man ihres Ausganges nicht ziemlich gewiß ist. Man muß den Feind von dessen Vesten ab und nach den seinigen hin zu ziehen und locken suchen; man muß oft kleine Abtheilungen oder Einzelne abschicken, seine Stellung, die Stärke seiner Besatzungen, die Örter, wo er die Gefangenen hält und bewahrt u. s. w., auszuforschen und bekundschaften; man muß seine einzelne Posten (Vorposten u. s. w.) abschneiden und aufheben, Verstecke und Hinterhalte legen und aus diesen Haltstätten dem Feinde Schaden und Abbruch thun; falsche Angriffe und Überfälle machen u. s. w. Der heftigste Kampf entsteht gewöhnlich bei Gefangennehmungen und den Versuchen, die Gefangenen zu befreien. Nur geübte und ringfertige Turner dürfen zu diesem Kampfspiele gelassen werden,

und niemals ein Gemisch von sehr verschiedenem Alter. So dürfen, wenn die 16 und 17 jährigen spielen, keine 12 und 13 jährige zugelassen werden. Es folgen nun die nothwendigsten Spielgesetze:

1. Es sind 4 Burgen und 1 Stadt.
2. Die Spieler sind so vertheilt, daß nach besetzten Plätzen auf jeder Seite gleich viele sind.
3. In der Stadt muß immer so viel Besatzung sein, als in zweien Burgen zusammen.
4. Bei voller Besatzung darf kein Platz genommen werden; bei unvollzähliger durch die fünffache Zahl derselben.
5. Unbesetzte Plätze werden genommen, und mit der für sie bestimmten Zahl belegt.
6. Zu je zwei Gefangenen gehört ein Mann Besatzung.
7. Gefangene werden befreit, wenn der Entsatz fünfmal so zahlreich ist, als ihre Bewacher.
8. Gefangene werden in jedem Fall befreit, wenn der Feind mit seiner ganzen noch übrigen Macht, die jedoch größer sein muß als die Zahl der Gefangenen, vor den Platz rückt, und nur die gesetzmäßigen Bewacher drinn sind.

Will eine Anzahl von 16 — 30 Ritter und Bürger spielen, so müssen sie 2 schräg gegen einander liegende Burgen nehmen; die beiden andern

Burgen und die Stadt aber unbesetzt und nicht gelten lassen.

2. Das Jagdspiel oder die Jagd.

Hiezu kann der Platz des Ritter- und Bürgerspieles genommen werden, und, wenn dieser fehlt, ein anderer von wenigstens 100 Schritt Länge und 50 Schritt Breite, ebenfalls bewachsen.

Ein Spieler wird zum Jäger gewählt, der sich 1—3 andere (je nachdem der Platz groß ist) zu Hunden aussucht. Jäger und Hunde müssen gut sichtbare Zeichen tragen. — Das Wild versammelt sich nun auf der bestimmten Freistatt. Der Jäger rufet laut: „Freier Abzug!“, worauf sich das Wild in den Wald zerstreut und versteckt. Nach einer Weile rufet der Jäger weit hörbar, als Zeichen, daß die Jagd beginnt: „Hallo! Hallo! oder Freier Abzug aus!“ oder dergl., und zieht nun mit den Hunden aus. Das Wild kann nun nach Belieben in die Freistatt zurückkehren, wenn es sich nur vor Hund und Jäger in Acht nimmt. Die Hunde können das Wild nur festhalten; gefangen ist es erst, wenn der vom Hunde herbei gerufene Jäger ihm drei Schläge gegeben hat. — Findet nun der Jäger kein Wild mehr im Walde, so zieht er nach der Freistatt, und ruft von Neuem: „Freier Abzug.“ Das gefangene Wild wird jetzt

zu Hunden, und das Spiel so lange fortgeführt, bis kein Wild mehr vorhanden ist. Mit dem Freisein am Ende des Spieles ist es wie beim Schwarzen Mann.

3. Das Stürmen oder der Sturmlauf.

Das Spiel kann nur geübt werden, wenn man in der Nähe der Turnplatzes 10 — 20 F. hohe Anhöhen hat. — Sind diese steil und von harter Erde, so kann man bloß das Sturmlaufen üben. — Man bildet nämlich Riegen, deren Größe nach der Ausdehnung und Breite der Anhöhen verschieden ist; und läßt immer eine auf ein gegebenes Zeichen oder Wort ablaufen: wer zuerst oben ist, hat gewonnen. — Sind die Anhöhen sandig, und nicht sehr steil abfsteigend, so kann man dieselben von einer Schaar besetzen, und von der andern stürmen lassen.

Wer dabei hinunterläuft oder-gezogen wird, ist gefangen; eben so, wer hinaufgezogen wird, oben fällt oder niedergeworfen wird, und darf an diesem Spiel nicht weiter Theil nehmen. Die Entkräftung des einen oder andern Theiles endet und entscheidet das Spiel.

4. Das Deutsche Ballspiel: ist besonders außer der Turnzeit sehr zu empfehlen. Bei seiner Einfachheit vereint es große Mannigfaltigkeit, und

gewährt eine vielseitige Regsamkeit, da Werfen, Schlagen, Laufen, Fangen und Bücken abwechselnd vorkommen, und das Augenmaaß sehr geschärft wird.

Bekanntlich theilen sich sämmtliche Mitspieler in zwei gleiche Hälften (Gespielschaften), von denen die eine den Schlag und die andere den Fang hat. Die Zahl der Gespielen auf jeder Seite (Gespielschaft) kann füglich nur acht, höchstens zehn sein. Ist am Turnplatz so viel Außenraum und sonstige Gelegenheit, daß mehre Ballspiele zu gleicher Zeit ungestört Statt finden können; so hat man eine Abwechselung mehr und ein vortreffliches Turnspiel.

Dritter Abschnitt.

I. Über Anlegung und Einrichtung eines Turnplatzes.

II. Anschlag des Turnzeuges und -Geräthes, für einen vollständig eingerichteten Turnplatz.

I. Ueber Anlegung und Einrichtung eines Turnplatzes.

Angaben über Anlegung und Einrichtung eines Turnplatzes sind durchaus nicht im Allgemeinen, für alle besonderen Fälle, im Voraus zu machen. Sie müssen sich allemal nach der Örtlichkeit, den Umständen und Bedürfnissen richten. Über die Grundsätze, nach welchen man die Zahl und Abstufungen des Turnzeuges und der Turngerüste bestimmen muß, lese man Abschn. 4, I. nach. — Auf alle besonderen Rücksichten kann man sich hier nicht einlassen, sondern nur die allgemeinen, welche bei jedem Turnplatze zu nehmen sind, und danach die Beschreibung eines vollständig eingerichteten Turnplatzes liefern. — Wird ein Turnplatz angelegt für eine öffentliche Schule, Waisenhaus, Erziehungsanstalt u. dgl., wo täglich bestimmte Turnstunden gehalten werden und so in den ganzen Lehrgang eingreifen; so wäre es nöthig, einen sehr nahe gelegenen Platz zu erlangen; doch möchten wir keinen öffentlichen Platz in einer Stadt dazu vorschlagen. Soll dagegen ein Turnplatz für die Ju-

gend

gend eines oder mehrer Dörfer, einer ganzen Stadt, oder auf einer einzelnen Anstalt angelegt werden, wo die freien Nachmittage zu der Übung angewendet werden; so schadet es nichts, wenn der Turnplatz eine halbe Stunde von der Stadt liegt, ja es wäre selbst ein $\frac{3}{4}$ bis 1 Stunde weit gelegner einem weit näheren, minder brauchbaren vorzuziehen. Denn für Kinder von acht bis neun Jahren, die man ohnehin nicht fortwährend mit Übungen beschäftigen kann, ist die Übung im Gehen schon sehr wichtig, und für Alle ist ein weiterer Weg und Gang nach dem Essen dienlicher als die andern Leibesübungen.

Jeder Turnplatz muß wo möglich folgende Beschaffenheit, Gelegenheit und Örtlichkeit haben. — Er muß eben sein, muß hoch liegen, — denn auf der Höhe ist eine freiere reinere Luft, und die Übungen können nicht so leicht durch Feuchtigkeit unterbrochen werden —; er muß festen, mit kurzem Rasen bedeckten Boden haben, und mit Bäumen bestanden sein, — aber nicht mit Kiefern, wegen des Ausgleiten's auf den Nadeln, Kienäpfeln und Wurzeln. — Fehlen die Bäume ganz, so muß man welche anpflanzen, wenigstens an den Gränzen und auf dem Tie (Versammlungs-, Gesellschafts- und Ruheplatz); wenn es sein kann, auch zwischen den einzelnen Übungsplätzen. Bäume sind in zweien Rücksichten vortheilhaft. Sind sie groß, so läßt sich manches Kletter-

zeug

zeug daran anbringen und dadurch viele Kosten erspa-
ren, in jedem Fall aber geben sie gegen die Sonne und
den Wind Schutz, der nie ganz zu entbehren ist. Be-
sonders gern hält man sich den Ost- und Nordostwind
von Turnplätzen ab; und darum ist es sehr gut, wenn
dieselben in oder am Walde liegen. Bei großen Städ-
ten ist auf der Südwestseite, weil von dort her die
feuchten Winde wehen, die gesundeste Lage. Kann man
in der Nähe einen bequemen Platz zum Ritter- und
Bürgerspiel und eine Anhöhe zum Stürmen und zum
Tiefensprung haben, so ist das sehr viel werth. —

Wenn drei und mehre Stunden zum Turnen an-
gewendet werden, so muß durchaus trinkbares Wasser
auf den Turnplatz geschafft werden können. — Ein
Hauptbedürfniß für jeden Turnplatz, der nicht nahe an
Gebäuden liegt, ist eine verschließbare feste Hütte, ein
Schuppen oder kleines Haus neben dem Tie, zur Auf-
bewahrung des beweglichen Turnzeuges und -Geräthes.
Soll auch das feststehende, welches man im Winter
ausgräbt, darin aufbewahrt werden, besonders die gro-
ßen Leitern, so muß es freilich 40 F. lang sein (davon
ein Weitres bei Erklärung des Planes). —

Wo die Natur weniger gethan hat, muß man mehr
Arbeit und Kosten anwenden. Die Bahnen zum Sprin-
gen, Schwingen u. s. w. müssen überall, wo kein fester
Boden ist, wenigstens ½ Fuß hoch von Lehm geschlagen

und mit Sand überstreut werden. Hat die Rennbahn fetten Boden, so muß sie auch mit Sand überstreut werden; hat sie tiefen Sand, so ist dies schlimmer, und diesem Übelstande kann schwer, und nur durch Überlehmung oder Auffahren festerer Erdarten abgeholfen werden. Auch verbrauchte Lohe thut gute Dienste.

Die beste Gestalt eines Turnplatzes ist ein Rechteck, das beinah noch einmal so lang als breit ist; weil man dann der Rennbahn die gehörige Ausdehnung in gerader Linie geben kann, und keine Übung, durch eine zu große Tiefe des Platzes, dem Auge des immer außen stehenden Zuschauers entzogen wird. — Ein Turnplatz muß feste Gränzen haben, am besten feste Schranken, wenigstens einen Graben. Schranken und hinter denselben eine niedrige Dornhecke in einem Graben sind sehr vortheilhaft gegen das Durchkriechen des kleinen Viehes (besonders der Schaafe und Gänse, deren Dünger höchst störend und hindernd ist). Ein Baumgang oder wenigstens eine Baumreihe um den Turnplatz ist für Turner und Zuschauer sehr angenehm. —

Jeder Turnplatz muß wenigstens eine Einfahrt und einen Eingang haben, welche beide zusammenfallen können. Liegt der Platz zum Ritter- und Bürgerspiel oder die Höhe zum Stürmen nach einer anderen Seite, so kann man noch ein bis zwei andre Ausgänge haben. Die Wege von den Eingängen bis zum Tie

dür-

dürfen aber keine Bahn weg- und durchlaufen. Bei der Auswahl der Stellen für die einzelnen Übungen muß man sehr darauf sehen, daß die, welche zu einer Haupt- art und- gattung gehören, nie zu weit aus einander kommen, wie z. B. alle Laufbahnen (Rennbahn, Schlängelbahn, Spielplatz), alle Stellen zum Höhen-, Weiten-, Tiefen- und Stabsprunge, u. s. w. Man muß ferner darauf sehen, daß die einzelnen Übungsplätze eine gute Verbindung unter einander haben und zwar durch bestimmte Wege; so daß man, um von einer Übung zur andern zu kommen, nie eine Bahn zu durchkreuzen braucht. Die Ordnung kann in dieser Hinsicht nicht zu weit getrieben werden, indem nur bei wenigen jungen Leuten der Ordnungssinn so fest ist, daß man nicht nöthig hätte, durch äußere Mittel zu Hülfe zu kommen. Daher muß die Breite und Länge jeder Bahn und, wo es sein kann, selbst die Richtung und Stellung aller Riegen genau bezeichnet sein.

Ein mit Rasen bewachsener Platz erleichtert dies sehr; man hat nur nöthig, bei allen Anläufen, Bahnen und Niedersprungsörtern den Rasen wegzustechen; auch die Gränzen der einzelnen Übungsplätze und Wege kann man durch schmale Furchen bezeichnen.

Der Tie, Schuppen und die Kleidergestelle müssen immer dicht zusammen und wo möglich in der Mitte des Platzes liegen. Das bewegliche Turnzeug und Turn-

geräth, welches von einem Turntage zum andern im Schuppen aufbewahrt wird, ist folgendes:

Alles Ziehzeug, lange und kurze Schwungseile, Springschnüre nebst Beuteln und Bolzen, Springstäbe, Gere, Sattelkissen, Schock- und Stoßkugeln, Gesetztafeln; Wassergefäße, Maaßstäbe, Handwerkzeug (Spaten, Beil u. s. w.). — Die Klettertaue werden nicht abgenommen, sondern nur nach dem Gebrauch in die Höhe gezogen und oben umgeschlungen.

Von der Größe des Platzes.

Da die Größe eines Platzes nur nach der Anzahl und Größe der einzelnen Turnstellen berechnet werden kann, so sei, obgleich bei jeder Übung der dazu gehörige Raum angegeben ist, dies noch einmal übersichtlich hingestellt, nach Rheinländischem Maaß, wonach im Buch überall nur berechnet ist.

Es gehört:

zur Rennbahn: 24 — 30 F. Breite und 300 — 400 F. Länge;

zur Schlängelbahn: 30 F. Br. und 70 F. Länge;

zum Freispringel: 14 F. Br. und 46 F. L.

zum Stabspringel: 16 F. Br. und 40 F. L.

zum Springgraben: 40 F. Br. und 50 F. L.

zur Vorrichtung beim Tiefensprung: 20 F. Br. und 40 F. Länge;

zum

zum Schwingel: 20 F. Br. und 40 F. L.

zum Schwebebaum: 12— 16 F. Br. und 60— 80 F. L.

zum Reck: 12 — 20 F. Br. und 16 — 20 F. L.

zum Barren: 12 F. Br. und 24 F L.

zum Hangelreck: 20 — 24 F. im Geviert;

zum Klimmel 10 — 12 F. im Geviert;

zum Einbaum: 30 F. im Geviert;

zum Zweibaum: 30 F. im Geviert;

zum Vierbaum: 30 F. im Geviert;

zu einem Kletterma st: 4 — 6 F. im Geviert;

zur Gerwurfbahn: 30 F. Br. und 70 F. L.

zur Schockbahn: 60 F. Br. und 120 — 140 F. L.

zur Stoßbahn: 30 F. Br. und 40 F. L.

zur Ziehbahn: 10 — 12 F. Br. und wenn 20 gegen 20 ziehen sollen, wenigstens 100 F. Länge;

zum langen Schwungseil: Platz von wenigstens 30 F. Durchmesser;

zum kurzen Schwungseil: 20 — 30 F. Br. und etwa eben so viel Länge. Sollen die Übungen im Laufe gemacht werden, so muß er etwas länger sein;

zum Vorübungsplatz: wenigstens 20 F. Br. und 40 F. L.

zum Spielplatz: 60— 120 F. Br. und 100 — 120 F. L.

zum Tie: 50 F. im Geviert;

zum Schuppen und den Kleiderrechen: 50 F. im Geviert.

Ist man nun im Klaren, wieviel Turnzeug man gebraucht, so wird man daraus und aus den eben gemachten Angaben leicht die Größe des Platzes berechnen können.

Ein Turnplatz ist, nach den im 4ten Abschnitt, I. aufgestellten Grundsätzen nur dann vollständig eingerichtet:

wenn er so viel Turnzeug und Vorrichtungen enthält, daß, bei jeder beliebigen Eintheilung, alle Turner zu gleicher Zeit riegenweise beschäftigt werden können.

Danach würde zu einem Turnplatze für 400 Turner ein Flächenraum von 465 F. Länge und 260 F. Breite gehören, und Folgendes an Vorrichtungen, Gerüsten und Turnzeug:

1. Rennbahn.
2. Schlängelbahn.
3. Zwei lange und 30 kurze Seile.
4. Ein langes, ein kurzes Ziehtau, ein Nackzieh-seil, — Ziehstäbe.

5. 12 Schwingel:

a. mit Pauschen:	b. ohne Pauschen:
1 von 3 F. Höhe.	1 von 3 F. 6 Z. Höhe.
2 „ 3 F. 4 Z. „	1 „ 4 F. „
2 „ 3 F. 8 Z. „	1 „ 4 F. 6 Z. „
2 „ 4 F. „	
1 „ 4 F. 4 Z. „	
1 „ 4 F. 8 Z. „	

Die Dicke und Länge und die Verhältnisse des Kreuzes, Sattels und Halses siehe beim Anschlage.

6. 2 Freispringel.

7. 3 Stabspringel.

8. 1 Springgraben — wo möglich noch ein kleinerer dazu.

9. 1 Vorrichtung zum Tiefensprung.

10. 2 Schwebebäume und 1 Liegebaum.

11. 12 Recke:

2	von	3 F. 6 Z. Höhe
2	„	4 F. „
2	„	4 F. 6 Z. „
2	„	5 F. „
1	„	5 F. 6 Z. „
1	„	6 F. „
1	„	6 F. 6 Z. „
1	„	7 F. „

12. 9 Barren:

1 von 2 F. 6 Z. Höhe
2 „ 3 F. „
2 „ 3 F. 6 Z. „
2 „ 4 F. „
1 „ 4 F. 6 Z. „
1 „ 5 F. „

Die Weite zu jedem Höhenverhältniß s. beim Anschlage.

13. Kletterzeug:

Einbaum,
Zweibaum,
Vierbaum (dieser ist, wenn Einb. und Zweib. da sind, am ersten zu entbehren),
Klimmel,
3 Klettermaste.

14. Hangelreck.

15. Spielplatz.

16. Ringplatz.

17. Vorübungsplatz.

18. Schockbahn.

19. Stoßbahn.

20. Gerwurfbahn.

Bei 200 Turnern würde sich die Zahl des angegebenen Turnzeuges, besonders in Hinsicht der Springel, Schwingel, Recke und Barren sehr ändern und mindern. Es wäre unnöthig, hier noch Beispiele angeben zu wollen; wer den 4ten Abschnitt, I. liest und versteht, wird

sich

sich in jedem Fall sein Bedürfniß leicht berechnen können. In Hinsicht des Platzes wird sich auch ein Jeder zu helfen wissen. Ist derselbe sehr beschränkt, so muß man den Spielplatz außerhalb desselben suchen, die Schockbahn weglassen, Vorübungen und Seilübungen auf der Rennbahn treiben u. s. w.; dies richtet sich alles nach der Örtlichkeit und den vorhandenen Mitteln. Wo Raum genug ist, thut man wohl, lieber etwas zu viel, als zu wenig zu nehmen. Alle angegebenen Verhältnisse passen nur auf baumlose freie Räume. — Finden sich aber hin- und wieder Bäume, und stehen sie bald enger, bald dichter; so muß man ihren Umfang und die etwanige Hinderung durch ihren Stand bei den Übungen zuvor abrechnen, und danach einen größern Raum haben. Alle Bäume auf dem Turnplatze müssen außerhalb der einzelnen Turnbahnen sein.

Für den Turnplatz schickt sich kein Tangelholz, Kiefern, Tannen, Fichten u. s. w. Schotendorn, Roßkästen, und Raupenpappeln sind gar nicht zu dulden. Wo Erlen gut wachsen, ist der Boden zum Turnen zu feucht; Birken gedeihen überall. Die besten Turnbäume bleiben Eichen, Linden und Ahorn.

Eine Aufzählung des nothwendigsten Turnzeuges für 80 Turner findet man im 4ten Abschn., I., weil dort zugleich für diese bestimmte Anzahl von Turnern und

Turn-

Turnzeug die Eintheilung der Übungen und danach die Abtheilungen der Turner angegeben sind.

Die Erklärungen des auf dem ersten Kupferblatte befindlichen Planes eines Turnplatzes für 400 Turner, ist demselben auf einem eigenen Druckblatte vorgefügt.

II. Anschlag

des Turnzeuges und-Geräthes und der Vorrichtungen für einen vollständig eingerichteten Turnplatz, auf dem sich 400 Turner riegenweise zugleich üben können.

Von einem Kostenanschlage kann hier nicht die Rede sein, denn Holzpreise und Arbeitslohn sind überall verschieden. Es soll hier nur der Bedarf an Holz und anderen Sachen angegeben werden, so wie die Zahl der verschiedenen Abstufungen, ihre Verhältnisse nach Länge, Breite, Dicke u. s. w. Alles nach Rheinländischem Maaß. Dieser Anschlag ist für 400 Turner; und wo sich diese finden, sind auch schon die Kosten daran zu wenden. Unternimmt ein Einzelner die Anlegung eines Turnplatzes ohne gehörige Unterstützung, so muß er sich freilich in der Menge und Vielfältigkeit der Gerüste und Geräthe, besonders aber auch bei den größeren Gerüsten (Klettergerüsten u. s. w.) nach den vorhandenen Mitteln und Bedürfnissen richten.

Springen.

2 Freispringel: 6 F. über-, 2 F. in der Erde.

(4 F. × 8 F.) = 32 F., 3 — 4zollig Kreuz- oder Ganzholz.

3 Stabspringel: 10 F. über-, 3 F. in der Erde. (6 × 13 F.) = 78 F. vierzollig Kreuz- oder Ganzholz. 20 — 30 F. Kreuzholz zu Tritten oder Knaggen.

5 Paar eiserne Bolzen: 6 Z. lang, ½ Z. stark.

2 Springschnüre: von 10 F. Länge und ½ Z. Stärke.

3 Springschnüre: von 12 F. L. und ½ Z. St.

10 Springbeutel (Sandbeutel): etwa 2 Pfd. schwer.

Springstäbe: 1 Schock, 7 — 11fußige, von jeder Art 12; wenn nicht jeder Turner einen eignen haben muß.

Spinggraben.

Brett zum Tiefensprung: 24 F. lang, auf 4 Pfählen, von 4 — 10 F. Höhe steigend.

Schwingel.

Mit Pauschen:

	Höhe	Hals	Sattel	Kreuz	Länge.
1	von 3 F.	— 1 F. 10 Z.,	1 F. 4 Z.,	1 F. 6 Z.,	= 4 F. 8 Z.
2	„ 3 F. 4 Z.	— 2 F. 1 Z.,	1 F. 6 Z.,	1 F. 9 Z.,	= 5 F. 4 Z.
2	„ 3 F. 8 Z.	— „ „	„ „	„ „	= „
2	„ 4 F.	— 2 F. 4 Z.,	1 F. 8 Z.,	2 F.	= 6 F.
1	„ 4 F. 4 Z.	— „ „	„ „	„ „	= „
1	„ 4 F. 8 Z.	— „ „	„ „	„ „	= „

Ohne

Ohne Pauschen:

1 von 3 F. 6 Z. Höhe und 4 F. 8 Z. Länge.
1 „ 4 F. „ — 5 F. 4 Z. „
1 „ 4 F. 6 Z. „ — 6 F. „

Die größte Dicke ist nicht über 18 Z., nicht unter 14 Zoll.

Also sind nöthig:

Zwei Enden Stammholz: 1 von 30 F., 1 von 24 F. L.; und 18 — 14 Z. Stärk.

Zu Füßen:

(4 × 3½) F. = 14 F.
(8 × 4) F = 32 F.
(8 F. × 4 F. 4 Z.) = 34 F. 8 Z.
(8 F. × 4 F. 8 Z.) = 37 F. 4 Z.
(4 × 5) F. = 20 F.
(4 F × 5 F. 4 Z.) = 21 F. 4 Z.
(4 × 4) F. = 16 F.
(4 F. × 4½) F. = 18 F.
(4 × 5) F. = 20 F.

213 F. 4 Z.

vierzollig Kreuz- oder Ganzholz.

Schwebezeug.

2 Schwebebäume und 1 Liegebaum:

3 Kien- oder Tannenstämme von 40 — 80 F. L., und wenigstens 12 Z. Stärke am Stammende.

Zu Gestellen:

die Ständer beim gr. Schwebeb. 6 F. über, 3 F. in der Erde.

„ „ „ „ kleinen „ 4 F. „ „ 3 F. „ „ „

Also:

(4 × 9) F. = 36 F. } fünf- bis sechszollig Kreuz- oder
(4 × 7) F. = 28 F. } Ganzholz.

Die Löcher in den Ständern 6 Z. aus einander.

4 eiserne Bolzen, auf denen die Bäume liegen, von 1 — $\frac{5}{4}$ Z. Stärke.

Recke.

12 Stück von 8 verschiedenen Höhen, jedes 16 F. lang und auf 3 Ständern:

2 von	3 F. 6 Z.	Höhe über der Erde.
2 „	4 F.	
2 „	4 F. 6 Z.	
2 „	5 F.	
1 „	5 F. 6 Z.	
1 „	6 F.	
1 „	6 F. 6 Z.	
1 „	7 F.	

Dazu:

12 Stangen von 16 F. Länge und 2 $\frac{3}{8}$ Z. Stärke.

An

An Ständern:

(6 F. × 5 F. 6 Z.) = 33 F.
(6 × 6) F. = 36 F.
(6 × 7) F. = 42 F.
(6 × 7½) F. = 45 F.
(3 × 8) F. = 24 F.
(3 × 9) F. = 27 F.
(3 F. × 9 F 6 Z.) = 28½ F.
(3 × 10) F. = 30 F.

} fünfzollig Kreuz- oder Ganzholz.

Zum Hangelreck:

6 Stangen von 9 F. Länge und 2½ Z. Stärke.

6 Ständer, 7 F. über-, 2 F. in der Erde: macht (6 × 9) F. = 54 F., vier- bis fünfzollig Kreuz- oder Ganzholz.

Barren.

9 Barren, jeder 10 F. lang: macht an Überlagen (18 × 10 F.) = 180 F. dreizollig Kreuzholz.

Höhe v. d. Erde. Weite. macht an Ständern:

1 von 2 F. 6 Z. — 12 Z. — (4 × 4) F. = 16 F.
2 „ 3 F. — 14 Z. — (8 × 5) F. = 40 F.
2 „ 3 F. 6 Z. — 16 Z. — (8 × 5½) F. = 44 F.
2 „ 4 F. — 17 Z. — (8 × 6) F. = 48 F.
1 „ 4 F. 6 Z. — 18 Z. — (4 × 7) F. = 28 F.
1 „ 5 F. — 20 Z. — (4 × 7½) F. = 30 F.

} vierzollig Kreuzholz.

206 F.

Klet-

Kletterzeug.

Taue: alle $\frac{5}{4}$ — $\frac{6}{4}$ Z. stark, mit einer festen Öse;

2 von 20 F.
4 „ 30 F. } Länge.
1 „ 40 F.

1 Strickleiter von 20 F. Länge.

An Holz:

Zum Zweibaum:

2 Maste: 10 — 12 Z. stark; 20 F. über-, 4 F. in der Erde;

2 Kletterstangen: 3 Z. stark; 20 F. über-, 2 — 4 F. in der Erde;

2 Lehnstangen: 4 — 6 Z. stark; 24 F. über-, 4 F. in der Erde;

1 Rah, 5 — 6 Z. stark und 28 F. lang;

2 Klimmleitern von 24 F. Länge.

Zum Vierbaum:

1 Mast: 30 F. über-, 5 — 6 F. in der Erde; 14 — 18 Z. stark;

4 Maste: 30 F. über-, 4 F. in der Erde; 8 — 10 Z. stark;

4 Rahen: 12 F. lang und 6 Z. stark;

1 Klimmleiter von 35 F. Länge.

Zum Einbaum:

1 starker Mast, 40 F. über, 7 — 8 F. in der Erde;

3 Lehnstangen, wo möglich bis zum ersten Absatze;

80 — 90 F. Kreuzholz;

2 vier und zwanzigfüßige Bretter;

1 Leiter von 9 F. zur Unterstützung des Schnabels;

1 Leiter von 16 F;

1 Klimmleiter von 30 F.

Zum Klimmel:

80 F.: 5 — 6zollig Kreuz- oder Ganzholz zu Stielen und Rahmen;

20 F. Kreuzholz zu oberen Stielen;

130 F.: 3zollig Kreuzholz zu den Sprossen und Holmen.

3 Klettermaste: zwischen 20 und 60 F.; mit einem festen Kreuze von Eichenholz, mit vier Winkeleisen, die unter dem Kreuze und am Maste mit Schloßnägeln befestigt werden.

Gerwerfen.

2 Pfahlköpfe (s. die Beschreibung).

Den Ger hält sich jeder Turner selbst.

Schocken.

12 Dreipfünder;

12 Anderthalb- oder Zweipfünder;

einige Bretter zum Schott (Kugelfang);

das hölzerne Viereck und der Sack.

Stoßen.

Kugeln von 6 — 24 Pfd.

Ziehen.

1 Tau von 15 — 20 F. Länge } und 1 Z. — 1 ½ Z. Stärke.
1 „ von 30 — 100 F. „ }

Zu 2 Nackziehseilen:

4: 2 — 3 F. lange Gurte, mit Ösen an beiden Seiten;

4: ½ — ¾ Z. starke und 10 F. lange Stränge oder Seile.

Stäbe: 2 — 3 F. lang und ¾ — ⅝ Z. stark.

Schwungseile.

2 lange von 16 — 20 F. L., ½ — ¾ Z. Stärke mit einer Öse.

40 kurze von 6 — 8 F. L. und ½ Z. Stärke; wofern nicht jeder Turner sein eignes hat.

Armkraft-Messer.

(s. Beschreibung unter Heben).

Windestäbe.

(s. Anhang mancherlei Übungen).

An allem Turnzeuge, selbst an den Stielen von Kreuzholz müssen scharfe Kanten stets vermieden werden.

Vierter Abschnitt.

I. Über die Art, wie die Turnübungen zu treiben sind.

II. Die Turngesetze.

1. Ueber die Art, wie die Turnübungen zu treiben und im Gange zu erhalten.

Turnkunst.

Die Turnkunst soll die verloren gegangene Gleichmäßigkeit der menschlichen Bildung wieder herstellen, der bloß einseitigen Vergeistigung die wahre Leibhaftigkeit zuordnen, der Überverfeinerung in der wiedergewonnenen Mannlichkeit das nothwendige Gegengewicht geben, und im jugendlichen Zusammenleben den ganzen Menschen umfassen und ergreifen.

So lange der Mensch noch hienieden einen Leib hat und zu seinem irdischen Dasein auch ein leibliches Leben bedarf, was ohne Kraft und Stärke, ohne Dauerbarkeit und Nachhaltigkeit, ohne Gewandtheit und Anstelligkeit zum nichtigen Schatten versiecht — wird die Turnkunst einen Hauptheil der menschlichen Ausbildung einnehmen müssen. Unbegreiflich, daß diese Brauchkunst des Leibes und Lebens, diese Schutz- und Schirmlehre, diese Wehrhaftmachung so lange verschollen gewesen.

Aber diese Sünde früherer leib- und liebloser Zeit wird auch noch jetzt an jeglichem Menschen mehr oder minder heimgesucht. Darum ist die Turnkunst eine menschheitliche Angelegenheit, die überall hingehört, wo sterbliche Menschen das Erdreich bewohnen. Aber sie wird immer wieder in ihrer besondern Gestalt und Ausübung recht eigentlich ein vaterländisches Werk und volkthümliches Wesen. Immer ist sie nur zeit- und volkgemäß zu treiben, nach den Bedürfnissen von Himmel, Boden, Land und Volk. Im Volk und Vaterland ist sie heimisch, und bleibt mit ihnen immer im innigsten Bunde. Auch gedeiht sie nur unter selbständigen Völkern, und gehört auch nur für freie Leute. Der Sklavenleib ist für die menschliche Seele nur ein Zwinger und Kerker.

Turnanstalten.

Jede Turnanstalt ist ein Tummelplatz leiblicher Kraft, eine Erwerbschule mannlicher Ringfertigkeit, ein Wettplan der Ritterlichkeit, Erziehungsnachhülfe, Gesundheitspflege und öffentliche Wohlthat; sie ist Lehr- und Lernanstalt zugleich in einem stäten Wechselgetriebe. Zeigen, Vormachen, Unterweisen, Selbstversuchen, Üben, Wettüben und Weiterlehren folgen in einem Kreislauf. Die Turner haben daher die Sache nicht von Hörensagen, sie haben kein fliegendes Wort aufgefangen: sie haben das Werk erlebt, eingelebt, versucht, geübt, geprüft, erprobt, erfahren und

mit

mit durchgemacht. Das erweckt alle schlummernden Kräfte, verleiht Selbstvertrauen und Zuversicht, die den Muth niemals im Elend lassen. Nur langsam steigert sich die Kraft, allmälig ist die Stärke gewachsen, nach und nach die Fertigkeit gewonnen, oft ein schwer Stück vergeblich versucht, bis es nach harter Arbeit, saurer Mühe und rastlosem Fleiß endlich gelungen. Das bringt das Wollen durch die Irrwege der Willelei zum folgerechten Willen, zum Ausharren, worin aller Sieg ruht. Man trägt ein göttliches Gefühl in der Brust, so bald man erst weiß, daß man etwas kann, wenn man nur will. Gesehen haben, was anderen endlich möglich geworden, gewährt die freudige Hoffnung es auch zu leisten. In der Turngemeinschaft wird der Wagemuth heimisch. Da wird alle Anstrengung leicht, und die Last Lust, wo andere mit wettturnen. Einer erstarkt bei der Arbeit an dem andern, stählt sich an ihrer Kraft, ermuthiget sich und richtet sich empor. Ein Beispiel wird so das Vorbild, und reicht weiter als tausend Lehren. Eine echte That ist noch nie ohne Nachkommen geblieben.

Ohne eine Turnanstalt sollte billig keine namhafte Stadt in Deutschen Landen forthin bleiben. Den Einwurf: „Es kostet was" können nur Tröpfe vorbringen, die gern als Köpfe spuken möchten. Menschen werden gezählt, Männer gewogen und sind nicht zu erdrillen.

Turnplätze.

Auch der kleinste Ort könnte und sollte von Rechts wegen, wenn er eine Schule hat, auch nach seinen beschränktern Bedürfnissen einen Turnplatz haben. In jedem Kirchspiel des platten Landes müßte wenigstens ein vollständiger Turnplatz sein, wo sich dann aus den größern und kleinern Ortschaften die turnfähige Jugend zusammenfinde, und in jugendlichem Wettturnen versuche. Wenigstens an den Denktagen der Erlösung, Auferstehung und Rettung des Deutschen Volks sollte dazu Rath werden. Der 31te März, 18te Junius und 18te October sind recht eigentlich zu großen Turntagen gewonnen. Im Laufe der Zeit können gar leicht aus diesen kleinen Anfängen größere Feste werden. Wann dann die gesammte Jugend erst eingeturnt ist, so wandern die Turnfertigsten aus dem kleinern Ort in den größern, von dort am folgenden großen Turntage die Preiserringer zur Gaustadt, und so an jedem kommenden Feste immer weiter zur Mark- und Landesstadt, bis sich endlich die besten Turner des ganzen Volks am großen Hauptfeste in der Hauptstadt treffen.

Wer den ersten Abschnitt des Buchs: die Turnübungen, und den dritten: I. Über Anlegung eines Turnplatzes mit Aufmerksamkeit gelesen, und beide verglichen hat — wird auch gewiß einsehen, daß es

durch-

durchaus nothwendig ist, Turnzeug in gehöriger Zahl und Zweckmäßigkeit anzuschaffen. Dies gilt ganz besonders von Reck, Barren, Springel und Schwingel. Die drei ersten sind überall wohlfeil zu bekommen. Sind einem aber die Schwingel zu theuer, so muß man in solchem Fall nur einige hinsetzen, und sich darauf beschränken, daß nur die größeren Turner das Schwingen treiben. Schon eher ist ein kostspieliges Klettergerüst zu ersparen. Ein niedriges und ein hohes Tau allenfalls an Rahen in Bäumen angebracht, eine kleine, und eine große Klimmleiter reichen zur Noth schon hin.

Wer aber den Schluß machen wollte, daß, wenn für vierhundert (400) Turner das in dem Anschlag (Siehe Seite 199) angegebene Turnzeug nöthig wäre, man alsdann für 200 Turner nur die Hälfte, für 100 das Viertel und für 50 bloß das Achtel gebrauche, würde einen großen Fehlschluß machen. Denn funfzig (50) Turner von jedem Alter und jeder Größe brauchen eigentlich Turnzeug von eben so viel Abstufungen, als die vierhundert (400), wenn auch nicht von jedem Grad zwei bis drei Stück.

Für Diejenigen, welche sich sonst noch nicht mit dem Turnwesen beschäftiget haben, und doch die Grundsätze kennen zu lernen wünschen, nach denen das Turnzeug anzuschaffen ist, folgt hier noch ein Beispiel, was vielleicht

leicht an kleinern Orten, Dörfern u. s. w. öfters Anwendung finden möchte.

Das nothwendigste Turnzeug für achtzig Turner.

Springel: 2 zum Freisprung, } mit Schnüren, Beuteln
2 zum Stabsprung; } und Bolzen.

Springstangen.

1 Springgraben.

Recke: 4 Stück: 16 F. lang, von 3 F. 6 Z., 4 F. 6 Z., 5 F. 6 Z. und 6 F. 6 Z. Höhe.

Barren: 4 Stück: 8 F. lang und 2 F. 6 Z., 3 F., 3 F. 6 Z. und 4 F. 6 Z. hoch, und 14, 15, 16 und 18 Z. breit.

Schwingel: 4 Stück: mit Pauschen, 3 F., 3 F. 4 Z., 3 F. 8 Z. und 4 F. hoch.

1 Schwebebaum.

1 Pfahlkopf und wenigstens für die drei ersten Abtheilungen Gere.

1 Nackziehseil.

1 Seil: von 20 — 30 F. Länge und $\frac{3}{4}$ Z. Stärke, als Ziehtau und zu den Seilübungen.

Kurze Seile: für die erste und zweite Abtheilung.

2 Klettertaue: etwa von 20 und 30 F., so einfach als möglich angebracht.

1 Kletterma st: etwa 20 — 30 F. hoch und 6 — 8 Z. stark; eingegraben.

2 Kletterstangen: von 10 — 20 F. Höhe und 2 — 3 Z. Stärke; an Baumästen od. dergleichen befestigt, und eingegraben.

1 Klimmleiter: von 12 — 15 F. Höhe; die Sprossen 10 Z. von Mittel zu Mittel.

Turnlehrer.

Ein Vorsteher einer Turnanstalt (Turnwart) übernimmt eine hohe Verpflichtung, und mag sich zuvor wohl prüfen, ob er dem wichtigen Amte gewachsen ist. Er soll die jugendliche Einfalt hegen und pflegen, daß sie nicht durch frühreife Unzeitigkeit gebrochen werde. Offenbarer als jedem andern entfaltet sich ihm das jugendliche Herz. Der Jugend Gedanken und Gefühle, ihre Wünsche und Neigungen, ihre Gemüthsbewegungen und Leidenschaften, die Morgenträume des jungen Lebens bleiben ihm keine Geheimnisse. Er steht der Jugend am Nächsten, und ist ihr darum zum Bewahrer und Berather verpflichtet, zum Hort und Halt und zum Anwalt ihres künftigen Lebens. Werdende Männer sind seiner Obhut anvertraut, die künftigen Säulen des Staats, die Leuchten der Kirche, und die Zierden des Vaterlandes. Keinem augenblicklichen Zeitgeiste darf er fröhnen, keiner Rücksichtelei auf Verhältnisse der großen Welt, die oft im Argen liegt. Wer nicht von Kindlichkeit und Volksthümlichkeit innigst durchdrungen ist, bleibe fern

von der Turnwartschaft. Es ist ein heiliges Werk und Wesen.

Einzig nur im Selbstbewußtsein der Pflichterfüllung liegt der Lohn. Später beschleicht einen das Alter, unter dem Tummeln der Jugend. Auch in den höfesten Zeitläuften bewahren sich Glaube, Liebe und Hoffnung, wenn man schaut, wie sich im Nachwuchs des Volks das Vaterland verjüngt. Vom Schein muß der Turnlehrer abstehen, für die Außenwelt kann jeder Gaukler besser prunken. Unter allen Lehrern der Jugend hat ein Turnlehrer den schwersten Stand. Bei andern Lehrern beruht das Geschäft auf Wissen und Wissenschaft, in denen beim allstündlichen und alltäglichen Betreiben von Zeit zu Zeit weitere Fortschritte zu machen sind. Des Turnlehrers Würken ist unzertrennlich von Kennen und Können. Ein anderer Lehrer wird dem größten Theile seiner Schüler immer voraus bleiben; einen Turnlehrer müssen aber die Knaben und Jünglinge bald in den Turnübungen einholen, und können ihn dann leicht übertreffen.

Dennoch muß ein Turnlehrer vor allen Dingen bemüht sein, sich in den Turnübungen so viel Fertigkeit zu erwerben und zu erhalten — als seine Leibesbeschaffenheit erlaubt. Nur eigenes Selbstversuchthaben und Erproben geben ihm einen deutlichen und klaren Begriff von der einzelnen Bewegung und Übung, und von den

Wir-

Wirkungen, so sie hervorbringen. Dabei muß er sich sehr hüten und sorgfältig in Acht nehmen, daß er den kleinern Turnern kein Bild der Lächerlichkeit und auffallender Ungeschicklichkeit giebt. Größere ehren schon den guten Willen und das mühevolle Bestreben. Geht ihm auch die Erwerbung einzelner Turnfertigkeiten nicht von Statten; so muß er doch in alle Theile der Turnkunst eindringen, und in den Geist des Turnwesens. Die Turnschüler müssen den Turnlehrer als Mann von gleichmäßiger Bildung und Volksthümlichkeit achten können, der Zeit und Welt kennt und das Urbild, wonach zu streben ist; sonst wird er bei aller turnerischen Fertigkeit ihnen nur wie ein Faselhans und Künstemacher vorkommen. Ein Turnlehrer muß:

1. der Jugend kein böses Beispiel geben, weder auf noch außer dem Turnplatze;
2. sich während der Turnzeit aller solcher Genüsse enthalten, die der Jugend nicht geziemen z. B. Toback rauchen, Schnapps trinken u. a. dgl.;
3. sich nicht vornehmthuerisch und aufthuerisch gebärden, sondern stets leutseelig sein und bleiben;
4. nicht zu spät auf den Turnplatz kommen, sondern wo möglich immer mit den Frühsten da sein;
5. als Gesetzbewahrer die Gesetze zuerst halten, und sich nicht hoffährtig davon ausnehmen, sondern der strengste Richter gegen sich selbst sein;

6. es bei Leibe nicht allen Turnern zuvor- oder gleichthun wollen, sondern sich still und bescheiden, ohne Lärm und Geschrei einturnen;

7. die Gespräche der Jugend so leiten, daß sie lehrreich und unterhaltend werden, und in Wort und Werk keinen Anstoß geben;

8. auch den Schein von Schulsteifheit vermeiden, und in seinem Betragen und Benehmen freundschaftlich mit Ernst und herzlich mit Würde sein;

9. es deutlich an den Tag legen, daß er von der Wichtigkeit der Sache begeistert ist, und nicht von feiler Selbsucht und schnöder Eitelkeit getrieben wird;

10. mit seinen Schülern, Zöglingen und Anvertrauten zu leben verstehen und umzugehen wissen, daß sie ihn als Menschen lieben und als Mann achten;

11. die versteckten Eigenthümlichkeiten auffinden, die keimenden Tugenden pflegen, und die hervorgesprossenen volkthümlich ausbilden;

12. als der ältere Freund, Ordner, Schiedsrichter, Rathgeber und Warner unter den Turnern walten.

Turnübungen.

Alles Turnen hat sein Gesetz und seine Regel, seine Schule und Zucht, sein Maaß und sein Ziel. Die höchste Eigenthümlichkeit beim Einzelnen und die höchste Volks-

Volksthümlichkeit bei Allen. Lehre und Leben bilden hier keinen Gegensatz. Beide sind einträchtig und eins. Daher ist es möglich und findet würklich Statt, daß auf einem und demselben Turnplatze jeder Turner sein eigen Gepräge erhält nach seinem eigenen Schrot und Korn. Die Turnkunst als Pflegerin der Selbstthätigkeit, führt auf geradem Wege zur Selbständigkeit. Sie fördert die leibliche Gesammtausbildung des Menschen durch gesellige Regsamkeit in lebensfrischer Gemeinschaft.

Bei den Turnübungen muß sich immer eins aus dem andern ergeben, ohne Drillerei, so die freie Eigenthümlichkeit der Einzelnen durch ihr Schalten gefangen nimmt. Die Turnübungen in Folge und Folgerung ergänzen sich wechselseitig, und können und müssen umzechig getrieben werden. Die richtige Vertheilung von Rast und Last gewährt die Dauerkraft. Indem einige müde geturnte Glieder feiern, arbeiten die andern wieder. Die Turnkunst ist gegen jede Einseitigkeit. Links und rechts sind ihr Bedingnisse, wovon keins erlassen werden darf. Sie will einen ganzen Mann, und ist mit keinem zufrieden, dessen Leib in die Brüche geht. Übereinstimmung und Folgerechtheit entwickeln die allseitige Kraft.

Es giebt freilich Übungen, die nach dem Wesen der Sache hintereinander getrieben werden müssen, und erst dann, wenn die Vorübung beendigt ist und ein Ganzes

bereits ausmacht. Viele Übungen müssen aber schlechterdings gleichzeitig getrieben werden, weil sonst die Besonderheit und Einerleiheit auch selbst der besten Übung der Gesammtbildung widerstreiten würde. Wollte man bloß eine Übung erst bis zur höchsten Vollkommenheit bringen, um dann zu einer andern überzugehen; so würde die Jugendzeit nicht lang genug sein, um nur in ein Paar Hauptturnübungen Fertigkeit zu erlangen. Die leibliche Kraft läßt es auch nicht dahin kommen. In solchem Zerren und Renken würde sie erlahmen und erstarren. Nur die öftere Wiederholung erzeugt die Vollkommenheit, wenn anders die Wechselwürkung anderer Übungen hinzukommt.

So wenig man aber einen Knaben in einem fort immer nur bloß mit einer Übung beschäftigen soll, so giebt es doch gewisse, mit welchen man den Anfang machen muß, und die gleichsam Einleitung und Vorschule zum Ganzen der Turnkunst sind. Jeder nicht eingeturnte Knabe oder Jüngling ist entweder versteift, oder wenn er auch noch Gelenkigkeit besitzt, so versteht er wenigstens selten mit seinen Gliedern regelrechte Bewegungen zu machen. Allen diesen Mängeln helfen die beschriebenen Spring- und Schwingvorübungen (S. Seite 15 — 21 und Seite 39 — 42.) am Zweckmäßigsten ab. Sie muß man mit jedem Neuen, der zur Turnanstalt kommt, zuerst und viel üben, und dann oft

wie-

wiederholen. Nach dieser Einleitung muß man nun die leichtesten Anfänge jeder Übung vornehmen, als: die ersten Lauf- Spring- und Kletterübungen, das Ziehen, Hangeln, Handeln am Barren und Schwebegehen. Hiedurch prüft man am besten die Kraft, sieht wo es diesem oder jenem fehlt, und wie dem Mangel abzuhelfen.

Im Anfang, besonders wenn ein Turnplatz gleich ganz, oder auch nur meisten Theils eingerichtet ist, thut man wohl festzusetzen, daß die Turner nur solche Übungen treiben, die ihnen erlaubt, und nur solche Stücke machen, die ihnen bereits gezeigt sind. Ungeübte können, sich selbst überlassen, bei ihnen unbekannten Übungen leicht Schaden nehmen.

Sobald in einer beginnenden Turnanstalt nur einige Fortschritte gemacht sind, muß der Vorsteher (Turnwart) oder Turnlehrer, aus den Verständigsten und Turnfertigsten — Vorturner erwählen, oder erwählen lassen. Die Vorturner müssen die Neuen in den Vorübungen unterweisen, und bei den Übungen, wo es Noth thut, selbst vormachen (vorturnen). Sie müssen Hülfen zu geben wissen, und, wo ein Ausgleiten oder Fallen leicht möglich ist, besonders Acht geben und bei der Hand sein, um allen Schaden zu verhüten. Auch müssen sie die Besonnenheit besitzen, aus den einzelnen Stücken einer vielgestalten Übung jedes Mal eine zweckmä-

mäßige Auswahl zu treffen. Bei der Aufsicht über Jüngere und Schwächere müssen sie besonders berücksichtigen, daß es hier nicht sowohl auf Erlangung von Fertigkeiten, als auf allgemeine Vorbereitung zur Turnfähigkeit ankommt.

Turnzeit.

Auf dem Turnplatze ist die Aufgabe zu lösen, viele Turner zu gleicher Zeit planmäßig zu beschäftigen. Zur Turnzeit sollten immer billig ganze Nachmittage verwandt werden. Mittwoch und Sonnabend Nachmittag sind auch in der ganzen Deutschen Welt sogar durch hohe landesherrliche Gesetze schulfrei. In der neuern Zeit ist der Misbrauch eingerissen, daß man auch auf Schulen das Lernen in Hefte zwängt, wodurch blutwenig im Gedächtniß haftet, und die arme Jugend in der Schreibfrohne dem lieben Gott den Tag abschmiert. Je mehr Leben wieder in die Welt gekommen, desto weniger dürfen die Schulen am Buchstaben hangen.

Von bloßen Augenblicken, wo sich die Jugend nur kümmerlich auslüftet, ist natürlich hier nicht die Rede. An Turntagen wird der ganze Nachmittag in zwei gleiche Hälften getheilt. Die erste Hälfte ist für die freiwillige Beschäftigung (Turnkühr), die andere Hälfte für die vorgeschriebene (Turnschule). In der ersten Hälfte wählt sich jeder seine Beschäftigung selbst, und

treibt

treibt Übungen, die ihm am meisten behagen, oder in welchen er sich schwach fühlt, oder auch in denen er sich vorzüglich ausbilden will. Lehrer und Vorturner müssen aber immer in Thätigkeit sein, um die Ordnung zu erhalten, bald diesen bald jenen, auch manchmal eine ganze Riege zu unterweisen. Während dieser freiwilligen Beschäftigung (Turnkühr) hat der Lehrer die beste Gelegenheit, sich von dem Selbsttriebe und der Selbstthätigkeit eines jeden, und von den Neigungen, Anlagen, Bestrebungen, Entwickelungen, Fortschritten und Fertigkeiten anschaulich zu überzeugen.

Am Ende dieser Zeit werden die Turner durch ein überall auf dem Turnplatze hörbares Zeichen z. B Klapper, Glocke o. dgl. auf dem Tie versammelt. Dies ist die beste Zeit, wo die Turner nach gehörigem Ausruhen und Abkühlen mit Brot und Wasser ihren Hunger und Durst stillen können. Das Brot bringt sich jeder von Hause mit. Es würde die ganze Turnordnung stören und ein unbändiges Hin- und Hergelaufe geben, dürfte es während der Turnrast etwa in der Nähe des Platzes erkauft werden. Überhaupt ist das Verlassen des Turnplatzes während der Turnzeit nur in dringenden Fällen zu gestatten, aber niemals um Lebensmittel zu holen. Das Wasser wird auf den Turnplatz geschafft, aber außer der Turnrast darf keiner trinken.

Sobald alle getrunken haben, wird wieder ein Zei-

chen gegeben, worauf alle Turner sich nach ihren Jahren auf einen ein für alle Mal angewiesenen Stand stellen. Hier werden die Listen verlesen, und die Fehlenden sogleich aufgezeichnet. Über den Nichtbesuch des Turnplatzes wird Nachfrage gehalten, damit nicht böse Buben unter dem Vorwand und Behelf des Turnplatzes sich auf den Müßiggang geben und jugendwidrigen Zeitvertreib.

Nun fängt die vorgeschriebene Beschäftigung (Turnschule) an. Die Turner sind ein für alle Mal nach ihrem Alter in bestimmte Abtheilungen gebracht. Alle in einem Jahr Geborne gehören zu einer und derselben Abtheilung. Sollten sich einige finden, die eine Ausnahme von der Regel machen, entweder bei weitem größer oder kleiner, oder stärker oder schwächer als ihre Jahrgenossen sind, und sich also nicht mit diesen zugleich üben können; so müssen sie in die zunächst ältere oder jüngere Abtheilung versetzt werden. Ist eine Abtheilung unverhältnißmäßig gering, so muß man sie mit einer andern Abtheilung vereinigen. Ist sie hingegen sehr zahlreich, so muß sie getheilt werden.

Alle Übungen werden nun in so viele einzelne Schulen getheilt, als Turnerabtheilungen sind. Hienach werden jeder Abtheilung für einen Tag bestimmte Haupt- und Nebenübungen angewiesen, damit jeder Turner in einer Reihe von Turntagen die Schule von sämmtlichen

Turn-

Turnübungen durchmacht, und nach einander in allen Unterweisung erhält.

Jeder Abtheilung ist ein Vorturner zugesellt, der die Abtheilung in Riegen theilt, und ihre Übungen leitet. Vorzuturnen braucht er nicht immer selbst, sondern das thut der Erste oder der Anmann von jeder Riege.

Bei dieser Turnweise ist es einzig und allein möglich, die Zahl und den Grad (Abstufungen) des Turnzeuges zu berechnen. Es muß nämlich so viel da sein, daß alle Turner, man mag den Abtheilungen Übungen anweisen, welche man will, sich zugleich riegenweise üben können. Allerdings erfordert dies viel Turnzeug, und mit unter wohl zwei Stück von jedem besondern Grad (Siehe Reck, Barren, Schwingel); aber statt dessen die Abtheilungen aus allen Jahren und Altern zu mischen ist nicht rathsam und thunlich. Wollte man solch Gemisch zusammen wettturnen lassen, z. B. ringen, so könnte der Schwächere leicht Schaden nehmen. Ohne jene Turnweise können aber nicht die Turner ihre Stärke und Turnfertigkeit gegen ihres Alters Gleichen prüfen und abwägen.

Turntracht.

Ohne eine bleibende Turntracht kann keine Turnanstalt gedeihen. Der leidige Trachtwechsel würde bald

nach einander alle Übungen unmöglich machen, und so das Turnwesen wieder vernichten.

Eine Turntracht muß dauerhaft und wohlfeil sein, und zu allen Bewegungen geschickt. Graue ungebleichte Leinwand ist der beste Stoff. Alle andere Zeuge sind weniger dauerhaft und wohlfeil, und doch nicht so leicht zu reinigen. Eine grauleinene Jacke und eben solche Beinkleider kann sich jeder anschaffen. Würden Zeuge aus ausländischen Stoffen geduldet; so müßten sich die Übungen gar bald in Übungen für Reiche, Vermögende, Bemittelte, Wohlhabende, Unbemittelte, Dürftige und Arme theilen.

Die Turntracht muß eine Gleichtracht von gleichem Stoff und gleichem Schnitt sein; damit sie nicht den einen fördert und den andern hindert. Alle Turnübungen werden barhand und barhaupt vorgenommen, auch im Winter braucht der Deutsche keine Pelzmütze.

Halstücher sind auf keinen Fall unter keinerlei Bedingung zu dulden, sie mögen den Wundbinden oder Hunde-Halsbändern gleichen, galgenstrickmäßig umgelegt sein oder gar wie Dohnenschleifen.

Hosenträger dürfen sich nicht vorn kreuzen; hinten mögen sie gekreuzt oder besser noch durch zwei Querstreifen verbunden sein.

Stiefel dürfen keine schwere Reuter- und Postknecht-Stiefel sein, oder gar Gebäue wie Löscheimer.

Spo-

Sporen können sogar lebensgefährlich werden. Zugstiefel gehören mit den Schnürbrüsten zu dem Foltergeräth, was die Putzwuth für Zierlinge erteufelt hat. Die zweckmäßigste Fußbekleidung für Turner sind Halbstiefel — aber keine Schnürstiefel —, die eben über die Knöchel hinaufreichen, zum Anziehen weit genug sind und mit einem Überschlag versehen, mit einem Riemen oberhalb der Knöchel befestiget werden. In solches Schuhzeug fällt beim Gehen kein Steinchen und kein Sandkorn, und doch wird die Wade nicht eingezwängt, wie bei den Überstrümpfen.

Lederne Beinkleider taugen nicht auf den Turnplatz, auch Überziehhosen sind nichts nutz, selbst wenn sie auch nur zum Schein falsche Knopfreihen haben. Turnbeinkleider müssen gehörigen Schritt haben, im Bund gebürend weit sein, daß sie den Bauch nicht pressen; und an einem Hosenträger hangen. So hoch dürfen sie nicht hinauf gehen, daß das Herz in den Hosen sitzt. Es ist sehr zweckwidrig und der Gesundheit nachtheilig, sie mit Riemen, Knöpfen und dergleichen über Schuh und Stiefeln zu befestigen. Im Gegentheil sollen sie auch nicht auf der Erde schleppen. Ein ordentliches Maaß kommt ihnen zu, was jede Gliederbewegung erlaubt und erleichtert. Es versteht sich von selbst, daß sie weder weit wie ein Sack, noch eng wie ein Darm sein dürfen. Am aller Ungesundesten ist

es, sie über die Hüften zu schnallen und zu schnüren. Das giebt einen Schmachtriem, wodurch die Wohlgestalt des Menschenleibes als Wespenleichnam von einander zu brechen scheint, und die Hälften wie Vorder- und Hinterwagen nur noch nothdürftig zusammenhangen.

Bei den Turnübungen selbst kann man nicht kühl gekleidet genug gehen; nach vollendeter Arbeit, nach dem Abmüden und dem Erhitztsein muß man einen Rock zum Überziehen haben, um sich gegen plötzliche Erkältung zu schützen. Tuchene Jacken sind gar nichts werth, und müssen von jedem Turnplatze verbannt sein. Ein Frack, Wrack, das heißt zerbrochener Rock, auch Kluft genannt, weil er mitten von einander gespalten — ist ein höchst unnützes Gepäck, und nur eine Scheinkleidung. Die nothwendigsten Theile bleiben unbedeckt — Bauch und Kreuz. Statt dessen flattert der Zwieselschwanz der Rockfittige wie ein Fächer und Fliegenwedel hinterher. Ein Deutscher Rock, der hinten zu ist und vorn zu geht — bleibt immer die angemessenste und anständigste Tracht. Er muß so weit sein, daß er bequem über die Turnjacke gezogen und doch zugeknöpft werden kann. Über die Kniee darf er nicht hinunter reichen, weil er sonst den Gang schwer macht. Auf kleinen Wanderungen (Turnfahrten) vertritt er dann zugleich die Stelle eines Mantels.

Tie.

Der Turnplatz ist kein Drillort, und kann also nicht von Schulsteifheit starren. Bei den Übungen selbst darf ausdrücklich nichts anders von den Turnern gesprochen werden, als was zur Sache gehört. Dafür muß aber natürlich jeder Turnplatz einen der Größe der Turnanstalt angemessenen Tie haben. Der Tie ist Versammlung-, Erhohlung-, Unterhaltung- und Gesellschafts-Platz. Schattenbäume müssen ihn umgeben. In der Mitte muß eine etwas erhabene Dingstatt sein, und ein Dingbaum, woran an einem schwarzen Brette die Turngesetze und andere Dinge zu lesen. Von der Dingstatt herab wird den Turnern das Nöthige bekannt gemacht. Hier werden die neuen Turner eingeschrieben, und die etwanigen Händel geschlichtet. Hier sind die Anzeigetafeln von verlornen und gefundenen Sachen. Hier hangen die Gesetze. Hier ist das Tagebuch. Hier ist die Glocke oder ein ähnliches Werkzeug, womit man die Turner zusammenruft.

Auf dem Tie stehen Bänke zur Bequemlichkeit der Turner, wo sich die eben Angekommenen ausruhen, die Turnmüden erholen und die Freunde gegenseitig etwas mittheilen können. Hier werden mancherlei Geschäfte abgemacht. Hier ist fröhliches Gespräch, munterer Scherz, jugendlicher Witz und Gesang. Hier einzig und allein

darf

darf auf dem ganzen Turnplatz nur gegessen und getrunken werden. Dafür kann auf dem Tie schlechterdings keine Turnübung Statt finden.

Auf dem Turnplatze wird nur trocken Brot gegessen und Wasser getrunken. Wem trocken Brot nicht mundet, hat keinen Hunger, und kann füglich warten, bis er nach Hause kommt. Wen Wasser nicht erquickt, hat entweder keinen Durst, oder noch nicht lange genug geturnt, vielleicht auch sich überhaupt zu wenig in freier Luft bewegt.

Zuschauer.

Der Turnplatz ist keine Bühne, und kein Zuschauer hat Recht, auf ihm ein Schauspiel zu erwarten. Aber er ist eben so wenig eine geheime Halle: feste Schranken muß er freilich haben, die den Turner von dem bloßen Zuschauer absondern. Dafür müssen die Übungsplätze nach den einzelnen Orten und Stellen so angeordnet werden, daß sie von außen hinreichend zu sehen sind, und sich gerade von dort für den Zuschauer am besten ausnehmen. So hat alsdann jedermann hinlängliche Gelegenheit, sich durch den Augenschein von dem Wesen und Werth der Turnübungen zu überzeugen.

An den Turntagen aber auf dem Turnplatze selbst Besuche anzunehmen und anderweitige Anfragen zu beant-

antworten, ist die Zeit zu kurz. Wer noch etwas Anderes wissen will, als der Augenschein lehrt und die eigene Ansicht, muß zu seiner Belehrung eine andere Zeit wählen.

Durch die Öffentlichkeit der Turnübungen werden die nachgeglaubten und nachgelallten Vorurtheile am besten bekämpft und in ihrer grundlosen Nichtigkeit und argen Blöße dargestellt.

Viele geschämige Leute, Knaben wie Jünglinge und Männer, lernen vom Zusehen und üben zu Hause nach, was ihnen auf dem Turnplatze vorgeübt wurde. Die Menge bekommt dadurch Geschmack und Gefallen am Turnen, und selbst ältere versteifte Leute sehen so viel ab, um manches Versäumte nachzuholen.

Die Ältern, Lehrer, Pfleger und Vormünder der Jugend haben so die schönste Gelegenheit, ihre Kinder, Schüler und Zöglinge sich selbst überlassen unter und neben ihres Gleichen unvermerkt zu beobachten. So können sie tiefer in die Kindlichkeit der Ihrigen blicken, als wenn sie dieselben immer um und neben sich wie am Schnürchen haben.

Bei zweckmäßig eingerichteten Turnplätzen haben alle Leute zugleich die Mitobhut und Mitaufsicht. Während sie zuschauen, verwalten sie zugleich eine Anwaltschaft der Sitten.

Dafür müssen sie sich aber gänzlich bescheiden, drau-

ßen zu bleiben, und sich nicht müßig feiernd unter die arbeitenden Turner mischen wollen. Zärtliche Mütter und andere Verwandtinnen sind auf dem Turnplatze nur im Wege. Das giebt dann Gelegenheit zu Hätschelei, Loberei, Rühmerei und Markelei, impft dadurch jugendliche Gemüther mit Eitelkeit, die sie von Grund aus verdirbt.

II. Die Turngesetze.

A. Geist der Turngesetze.

Gute Sitten müssen auf dem Turnplatz mehr würken und gelten, als andets wo weise Gesetze. Die höchste hier zu verhängende Strafe bleibt immer der Ausschluß aus der Turngemeinschaft.

Man kann es dem Turner, der eigentlich leibt und lebt und sich leibhaftig erweiset, nicht oft und nachdrücklich genug einschärfen, daß keiner den Adel des Leibes und der Seele mehr wahren müsse, denn gerade er. Am wenigsten darf er sich irgend eines Tugendgebots darum entheben, weil er leiblich tauglicher ist. Tugendsam und tüchtig, rein und ringfertig, keusch und kühn, wahrhaft und wehrhaft sei sein Wandel. Frisch, frey, fröhlich und fromm — ist des Turners Reichthum. Das allgemeine Sittengesetz ist auch seine höchste Richtschnur und Regel. Was andere entehrt, schändet auch ihn. Muster, Beispiel und Vorbild zu werden — danach soll er streben. Dazu sind die Hauptlehren: nach der höchsten Gleichmäßigkeit in der

Aus-

Aus- und Durchbildung ringen; fleißig sein; was Gründliches lernen; nichts Unmännliches mitmachen; sich auch durch keine Verführung hinreißen lassen, Genüsse, Vergnügungen und Zeitvertreib zu suchen, die dem Jugendleben nicht geziemen. Die meisten Ermahnungen und Warnungen müssen freilich immer so eingekleidet sein, daß die Tugendlehre keine Lasterschule wird.

Aber im Gegentheil darf man nie verhehlen, daß des Deutschen Knaben und Deutschen Jünglings höchste und heiligste Pflicht ist, ein Deutscher Mann zu werden und geworden zu bleiben, um für Volk und Vaterland kräftig zu würken, unsern Urahnen den Weltrettern ähnlich. So wird man am besten heimliche Jugendsünden verhüten, wenn man Knaben und Jünglingen das Reifen zum Biedermanne als Bestrebungsziel hinstellt. Das Vergeuden der Jugendkraft und Jugendzeit durch entmarkenden Zeitvertreib, faulthierisches Hindämmern, brünstige Lüste und hundswüthige Ausschweifungen wird aufhören — sobald die Jugend das Urbild männlicher Lebensfülle erkennt. Alle Erziehung aber ist nichtig und eitel, die den Zögling in dem öden Elend wahngeschaffener Weltbürgerlichkeit als Irrwisch schweifen lässet, und nicht im Vaterlande heimisch macht. Und so ist auch selbst in schlimmster Franzosenzeit der Turnjugend die Liebe zu König und Vaterland ins Herz gepredigt und geprägt worden. Wer wider die Deutsche Sache

und

und Sprache freventlich thut oder verächtlich handelt, mit Worten oder Werken, heimlich wie öffentlich — der soll erst ermahnt, dann gewarnt, und so er von seinem undeutschen Thun und Treiben nicht abläſſet, vor jedermann vom Turnplatz verwiesen werden. Keiner darf zur Turngemeinschaft kommen, der wissentlich Verkehrer der Deutschen Volksthümlichkeit ist, und Ausländerei liebt, lobt, treibt und beschönigt.

So hat sich die Turngemeinde in der dumpfen Gewitterschwüle des Valand, für das Vaterland gestählet, gerüstet, gewappnet, ermuthiget und ermannt. Glaube Liebe Hoffnung haben sie keinen Augenblick verlassen. Gott verläßt keinen Deutschen ist immer der Wahlspruch gewesen. Im Kriege ist nur heim aber nicht müßig geblieben, der zu jung und zu schwach war. Theure Opfer hat die Turnanstalt in den drei Jahren dargebracht. Sie ruhen auf den Wahlplätzen von den Thoren Berlins bis zur feindlichen Hauptstadt.

B. Allgemeine Turngesetze.

1. Jeder, der Mitglied der Turngemeinschaft werden will, muß zuvor versprechen, der Turnordnung nachzuleben, und nicht anders zu handeln — auf keinerlei Weise.

2. Jeder soll nur in grau leinener Turntracht auf den Turnplatz kommen.

3. Kein Turner soll einigen Unwillen, Fehd und Feindschaft, so er mit einem und dem andern Mitturner hat, während der Turnzeit und auf dem Turnfelde äußern; sondern jeder soll bloß turnen — und in Friede, Freude und Freundschaft.

4. Es soll auch keines Hasses oder Grolles auf dem Turnfelde gedacht werden; und eben so wenig auf dem Hingang und Heimgang, auch auf keinen Turnfahrten.*)

5. Jeder Turner darf nur auf den bezeichneten Wegen und Stegen zum und vom Turnplatze kommen und gehen, (weder durchkriechen, noch übersteigen, auch nicht überspringen).

6. Beim Kommen und Gehen muß jeder Turner auf den Tie gehen, und am Dingbaum schauen, was vor ist, was es giebt und was jedermann kund und zu wissen Noth thut.

7. Welcher Turner irgend etwas erfährt, was für und wider die Turnkunst und unsre Übung derselben Freund oder Feind sprechen, schreiben und wirken: muß davon sogleich Anzeige machen, damit zu seiner Zeit und an seinem Orte aller solcher Kunden — mit Glimpf oder Schimpf — könne gedacht werden.

*) Wanderfahrten, Fußreisen.

8. Und so soll ein Jeder nach unserm löblichen Turnbrauch sich richten und nicht neusüchtig Neuerungen aufbringen, ohne vorherige Rücksprache und Berathung.

C. Besondere Turngesetze.

(Übungsgesetze)

1. Jeder Turner soll nur nach Ablegung von Rock und Stock, Hut und Halstuch turnen.
2. Jeder Turner soll nach der Ordnung turnen, wie er auf den einzelnen Turnstellen ankommt, und seine Reihe halten.
3. Die Turner theilen sich bei den Übungen in Riegen.*)
4. Die Richtzahl einer Riege darf nicht überschritten werden.
5. Es darf kein Turner von einer Riege zur andern laufen, so lange die Mitturner bei dieser Übung bleiben; es sei dann, daß ihm diese zu schwer fiele.
6. Es darf sich keiner in eine Riege eindrängen oder einschleichen, sondern muß, wenn sie vollzählig ist, auf der Reede**) warten, bis einer abgeht, oder die ganze Riege aufhört.

---

*) S. Erst. Abschn.; II, Laufen A., 1. Anmerk.

**) Reede (die): Ort, wo man sich zu etwas bereit macht: (daher dann auch ein Platz, wo sich die Schiffe zur Abfahrt bereit machen).

7. Die Richtzahl der Riegen ist folgende:

Wurfriegen:

Gerriege: nicht über 12.

Schockriege: „ „ 12.

Stoßriege: „ „ 12.

Springriegen:

Freisprungriege nicht über 12.

Stabsprungriege „ „ 8.

Riege zum Grabensprung:

frei —: nicht über 20.

mit Stab —: „ „ 12.

Schwingriege: nicht über 10.

Reckriege: „ „ 8.

Barrenrieget „ „ 8.

Schweberiege: „ „ 12.

Schwungseilriege: „ „ 12.

Schlängelriege:

(wenn die Schlängelbahn 30 F. breit) nicht über 8.

8. Jeder Turner soll die Bahn frei lassen, bei jeder Turnübung, und auf den Ruf: „Bahn frei!“ sogleich und willig folgen, ohne Widerrede und Verzug.

9. Jeder Turner soll alles und jedes Turnzeug und Turngeräth nur zur bestimmten Turnübung gebrauchen und bloß an seinem gehörigen Orte. — Eben so soll alles bewegliche Turngeräth (als Ger, Spring-

Springstäbe u. s. w.) nach der Übung an seine Ruhstelle kommen.

10. Bei keiner Übung darf etwas Anderes gesprochen werden, als was zur Sache gehört.

11. Welcher Turner einer Übung zusehen will, mag sich auf den Reeden stellen, setzen oder lagern.

12. Niemals sollen die Übungen nach der Außenseite durch Zwischensteher gedeckt sein.

13. Versammlungen und Unterhaltungen, Gespräche und Mittheilungen, Essen und Trinken gehören auf den Tie.

Vom Laufen.

14. Es soll beim Laufen, zumal beim Massenlauf nicht gesprochen werden.

15. Nach dem Laufen soll keiner gleich still stehen, noch sich setzen oder gar lagern, sondern zur allmäligen Abkühlung und Erholung umhergehen.

Vom Springen.

16. Die Stab- und Freispringel, so wie die zu ihnen gehörenden Bolzen und Schnüre dürfen nicht verwechselt werden.

17. Es soll an keinem Springel gezerrt, gestiegen, geklettert, noch irgend eine Übung an den Lochpfählen vorgenommen werden.

Auch sollen immer zwei an angebrachten Knaggen lochen: der eine rechts, der andre links.

18. Die Springstäbe; welche auf dem Turnplatze gehalten werden, sind 7 F., 8 F., 9 F., 10 F. und 11 F. lang und verhältnißmäßig dick. Wenn ein Turner sich einen eignen Springstab hält, soll er ihn nach diesen Maaßen einrichten, und mit seinem Namen bezeichnen. Zu dünne und unbenamte Stäbe werden weggenommen.

19. Niemand darf seinen Springstab verleihen, noch sich selbst eines fremden bedienen. Wer keinen eignen hat, soll die allgemeinen gebrauchen und anwenden.

20. Wem ein Springstab von sieben Fuß Länge und verhältnißmäßiger Dicke zu schwer fällt — der ist noch nicht reif zum Stabspringen.

Vom Schwingen.

21. Es soll niemand, so er nicht schon Fertigkeit in den Vorübungen erlangt hat, eigentliche Schwingstücke sich einüben.

22. Solche, die Theil nehmen wollen an den ordentlichen Schwingstunden außerhalb des Turnplatzes, sollen nur unter folgenden Bedingungen dazu gelassen sein:

1. Gehörige Fertigkeit in allen Hauptübungen, als:

a. das Einbaumtau erklettern;

b. den Felgaufschwung aus dem Hange;

c. den Freisprung bis zur Nabelhöhe;

d. das Barrenanmunden rechts und links;

2. Fertigkeit in allen Spring- und Schwingvorübungen.

Vom Schweben.

23. Der Schwebebaum soll nur am Stammende bestiegen werden.

24. Es sollen beim Schwebekampf nur drei Turner darauf sein: 2 Schläger (in der Mitte) und einer auf Anwartschaft (am Gestell).

25. Beim Schwebegang sollen auch nur drei Turner darauf sein: 2 Schweber und ein Wartender. Sobald der Erste an das Zopfende gelangt, steht der Zweite still.

26. Jeder vom Zopfende Abgesprungene soll dasselbe anhalten, und auf den Ruf: „Stopp!", so er es vergessen, dessen sich mahnen und rathen lassen.

27. Schaukeln und Reiten, Kippen und Wippen auf dem Schwebebaum soll nicht gestattet werden; auch soll keiner unter dem Baum durchlaufen, durchgehen oder durchkriechen.

Vom Reck.

28. Es soll niemand an einem Reck turnen, das er nicht erreichen kann, im Stand oder Hangsprung.

Vom Barren.

29. Es soll sich niemand an einem Barren üben, an

dem er nicht in den Stütz hüpfen oder stemmen kann; denn nicht zum Klettern sind die Barren.

30. Die Barrenstellen sollen rings herum frei bleiben.

Vom Klettern.

31. Es sollen die Taue nicht geschwenkt werden, auch soll keiner daran sich schaukeln.

32. Wenn einer bereits klettert, soll ein anderer ihn nicht hindern, sei's durch Nachklettern, sei's durch Straffhalten des Taues; wenn er's nicht selber verlangt.

33. Keiner darf die Leiter an einem Klettergerüst ersteigen; es sei dann, daß er das Tau desselben Gerüstes erklettern kann.

34. Nur beim Einbaum ist es erlaubt, nach Ersteigung des Taues die Leiter herabzukommen; beim Vierbaum und Zweibaum hingegen muß ein jeder am Tau selbst oder an den Stangen und Masten herabklettern.

35. Oben auf allen Klettergerüsten dürfen höchstens 2 zugleich sein; und einer muß sogleich herab, sobald ein Dritter das Tau erklettert.

36. Auf den Kreuzen der Klettermaste soll nur Einer sitzen und auch dieser nur so lange, als Noth thut und gehörig ist.

37. Es darf sich niemand an einem Tau üben, sobald er das nächst niedrige nicht erklettern kann.

38. Im Klimmel, so wie innerhalb der andern Kletter-gerüste, darf niemand, besonders kein Schaulusti-ger stehen.

Vom Gerwerfen.

39. Jeder Turner und Werflustige soll seinen eigenen Ger halten, und mit seinem Namen am Schaftende.

40. Die Maaße für einen Ger sind:

6 F., 7 F. oder 8 F. Länge und 1 Z., ¼ Z. und ⅝ Z. Stärke. Es soll daher kein Ger geduldet wer-den, wenn er nicht eines der angegebenen Maaße hat.

41. Niemand soll mit einem fremden Gere werfen, auch soll es keiner dem andern zulassen und erlauben.

Vom Schocken und Stoßen.

42. Niemand darf eine Kugel in der Bahn liegen las-sen, sondern er muß sie wieder in den Kasten legen.

43. Schock- und Stoßbahnen müssen von schaulustigen Turnern vermieden werden; diese dürfen nur schräg rückwärts vom Werfenden stehen, d. i. auf der Seite der Riege.

Vom Ringen.

44. Es darf kein Turner eine Ausforderung zum Zwei-kampf im Ringen ausschlagen; er sei dann krank, unwohl, turnmüde oder durch ein örtliches Übel verhindert; — die Kleidung entschuldigt nicht.

Von Turnspielen.

45. Von Turnspielen sollen alle Schwache und sehr Kleine ausgeschlossen bleiben, auch die, so noch nicht über die Vorübungen weg sind.

46. Es soll kein Spiel ohne Erlaubniß unternommen werden.

47. Niemand soll mitspielen, der nicht vorher bei der Theilung zugegen gewesen und abgetheilt worden.

48. Überhaupt soll sich keiner in irgend eine Spielschaar einschleichen oder eindrängen; es sei denn für diesen Tag besonders gestattet und vorher bekannt gemacht.

49. Die allgemeinen Turngesetze sind auch bei den Turnspielen gültig, wie in jedem Vielkampf; doch kann gemeinsame Übereinkunft vor Beginn eines Spieles in Nebendingen einen Spielbrauch ordnen, stellen und festsetzen.

Fünfter Abschnitt.

I. Zur Bücherkunde der Turnkunst.

II. Erklärung von dem Plane eines Turnplatzes auf Platte 1.

I. Zur Bücherkunde der Turnkunst.

Auf Vollständigkeit macht dieser Anfang zu einer Bücherkunde der Turnkunst keinen Anspruch. Er soll zur Beförderung des Turnwesens würken, indem er für Freund und Feind zur weitern Belehrung und zum Rath-einholen Bücher nachweiset über Gegenstände, die in die Turnkunst einschlagen. So wird vielleicht mancher Befangene, der noch Vorurtheile wider die Turnkunst hegt, sie sich aus alten Büchern von Weisen und Erfahrnen weglesen. Diese Anzeigen geben vielleicht Gelegenheit, daß manches handschriftliche Werk oder gedruckte Buch aus seiner Verborgenheit hervorkommt. Bücherkundner und Buchwarte, Buch- und Bücherhändler, denen diese Schrift etwa vor Augen kommt, werden dadurch in Stand gesetzt, uns Merke und Nachweise von Büchern zu geben. Zu diesem Zwecke sind alle Bücher, so wir nicht besitzen und die wir nur von Hörensagen und aus Verzeichnissen kennen, mit einem Sternlein (*) bezeichnet. Vielleicht daß irgend ein Freund und Gönner der Turnkunst, der diese oder

andere noch nicht von uns namhaft gemachte Bücher besitzt, sich dadurch veranlaßt fühlt, sie uns zu leihen oder zu verkaufen oder zu schenken. Dankbar werden wir jeden Beitrag zur Weiterbildung der Turnkunst annehmen, und zu seiner Zeit davon Rede und Rechenschaft geben.

Bei der Aufzeichnung der Bücher ist zur leichtern Übersicht und schnellern Auffindlichkeit eine gewisse Folge beobachtet; doch haben wir für jetzt noch nicht nach Ley, Fach, Falt und Art ordnen wollen.

Nutzen und Nothwendigkeit der Turnkunst.

Galenus de sanitate tuenda.

Joh. Pet. Frank System einer vollständigen medicinischen Polizei. 4 Bände, 8. Mannheim. 1ter Band 3te Aufl. 1804; 2ter Band 1804; 3 — 4ter B. 1783 — 1788. (8 Thlr. 4 gr.) [2ter Band, Dritte Abtheilung: Von zu früher Anspannung der Jugend. Von gesunder Bestellung des Schulwesens. Von Wiederherstellung der Gymnastik. — Alles klar, kurz und bündig.]

F. Hoffmann de motu, optima corporis medicina.

Hebenstreit exercitationes adolescenti ætati salubres.

Krüger Erziehung der Kinder.

Zü-

Zückert von Erziehung der Kinder.

Ballexserd de l'Education physique des Enfans.

Der Schlesische Arzt.

Unzer der Arzt, eine Wochenschrift. 6 Bände (7 Thlr. 12 gr.).

Tissot von der Gesundheit der Gelehrten; aus dem Französischen übersetzt. Leipzig b. Müller. 1775 (8 gr.).

Von der Bewegung.

A. Ypey physiologische Beobachtungen über die willkührlichen und unwillkührlichen Bewegungen der Muskeln, übersetzt mit Anmerkungen von J. K. F. Leune. Leipzig b. Walter. 1789 (14 gr.).

Jos. A. Rougemont über die schädlichen Folgen einer gewaltsamen Anstrengung der Kräfte. Bonn. 1789.

Jos. Barthez neue Mechanik der willkührlichen Bewegungen der Menschen und Thiere; aus dem Französischen übersetzt von Kurt Sprengel. Halle b. Kümmel. 1800 (1 Thlr. 8 gr.).

Franz Fuller Medicina Gymnastica ꝛc. nach der sechsten Herausgabe aus dem Englischen übersetzt. Lemgo b. Meyer. 1750.

Über die Turukunst der Griechen und Römer.

Vegetius de re militari.

Hie-

Hieronymi Mercurialis de arte gymnastica libri sex. [Erschien zuerst 1573. 4te Auflage 1601. Hier giebt im Anhang zum Cap. XI. Lib. I. der Verfasser dem Petrus Faber ein wortreiches Gegenlob, wobei er selbst nicht zu kurz kommt. Neuere Ausgabe Amsterdam 1672. Die Abbildungen sind in allen Ausgaben schlecht, undeutlich, und auch bisweilen verzeichnet.]

Petri Fabri Agonisticon. [wahrscheinlich zuerst 1590. Vermehrte und verbesserte Auflage, Lyon 1595. Seite 550 (Lib. III. C. XV.) giebt er Mercurialis die Ehre, daß ihn dieser zuerst auf den Gedanken zu diesem Buche gebracht. In der Vorrede und am Schluß des zweiten Buchs setzt er sich aber auf das hohe Pferd. Beide Bücher ergänzen sich wechselseitig.]

Lud. Caelii Rhodigini Lectionum antiquarum libri triginta. [Die älteste Ausgabe Paris 1517; die beste Frankfurth und Leipzig 1666. Da bei ihm über die Turnkunst das meiste beiläufig und gelegentlich vorkommt; so muß man die Stellen von mehr als hundert Orten zusammenlesen, wo man sie oft gar nicht suchen sollte. Abgerechnet, daß er vom Hundertsten ins Tausendste kommt — sonst klar und bündig, und gar oft mit dem schlagendsten und eigensten Ausdruck.]

Petri Victorii variarum lectionum libri XXV.

[Florenz 1553 ist die erste und die beste Ausgabe. Ein scharfsinniger Vergleicher der alten Schriftsteller, voll feiner Bemerkungen über die Redniſſe des Alterthums; denen sehr zu empfehlen, die Alles buchstäblich für baare Münze nehmen.]

Alexander ab Alexandro dierum genialium libri. [Manche treffliche Merke zur Geschichte der Turnkunst. Belesen, nicht verlesen.]

Neuere allgemeine Werke.

Gerhard Ulrich Anton Vieth Versuch einer Encyklopädie der Leibesübungen. 2 Theile mit Kupfern. Berlin b. Hartmann. 1794 — 1795. (2 Thlr. 12 gr.)

J. Ch. F. GutsMuths Gymnastik für die Jugend. Schnepfenthal. [Erste Ausgabe 1796. Zweite Auflage 1804, mit 12 Tafeln. (3 Thaler)

Valentin Trichter's Curiöses Reit- Jagd- Fecht- Tanz- oder Ritter- Exercitien-Lexicon. Leipzig b. Gladitsch 1742.

Ringen.

ΟΠΛΟΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ sive Armorum Tractandorum Meditatio Alberti Dureri. Anno CIↃIↃXII. [ist der vollständige Titel eines handschriftlichen Werks, was sich auf der Magdalänen-Bibliothek zu

Bres-

Breslau befindet, und wovon wir eine Abschrift besitzen. Von Dürer ist es nicht, sondern einer seiner Schüler hat es sich nach Art und Weise unserer heutigen Hefte zusammengeschrieben. So gar die Lücken (Schwänze) mit vielem weißen Papier fehlen nicht. Hin und wieder sind alte Kernsprüche hinein verwebt:

„Erschrickst Du gern,
Kein Fechten lern."

Manche Kernworte mögen wohl vom Meister (Dürer) gesprochen sein. In der Handschrift wird er nicht namentlich genannt, nur vom Meister ist die Rede. Ein großer Theil der Handschrift heißt: „Ursprüngliche Kunst des Messerfechtens mit allen Regeln und gründlichen Haltungen der Alten, zum Ringen, Greifen und Werfen, desgleichen Hauen, Stechen und Schneiden von Herrn Hansen Lebkhommers von Nürnberg komponirt." Das Ringen enthält hundert und dreizehn (113) turnerische Rünge, ohne diejenigen, wo es Kopf und Kragen, Leib und Leben kostet. Bei dem einen Rung steht: „Dies Stück gefallt dem Sebastian Krößl gar wohl." Auf der Innenseite des Vorderdeckels steht von derselben Hand, welche die Handschrift geschrieben: Sebastiano Cresselio a Vilsegg mancipatus pareo.]

Fabian von Auerswald. Ringerkunst fünf und achtzig Stücke, zu ehren kurfürstlichen gnaden zu

Sach-

,Sachssen ꝛc. zugericht durch. . Gedruckt zu Wittemberg durch Hans Lufft 1539. [Ein gründliches Buch, was in eine größere Deutsche Turnkunst ganz aufgenommen zu werden verdient. Fabian von Auerswald verfaßte seine Ringerkunst 1537 zu Wittemberg im fünf und siebenzigsten Jahr seines Alters.]

Joh. Georg Paschen Vollständiges Ringbuch ꝛc. Hall in Hachsen. [1688]

Klare Onderrichtinge der voortreffelÿcke Worstelkonst, Uytgevonden door den wÿtberoemden en vermaerden Worstelaer Nicolaus Petter. Amsterdam 1674. 4. [16 Seiten mit 71 Abbildungen.] [Dieses Buch ward vor dem Kriege im Jahr 1813 einem Sprachmeister J. F. Lürmann zum Übersetzen für die Berlinische Turnanstalt anvertraut, der sich nachher im Jahr 1814 nicht entblödete, eine Übersetzung heraus zu geben: „Das Ringerbuch von dem berühmten Faustfechter und Ringer Nicolaus Petter. Berlin gedruckt bei Quien“ (4 gr.). Eine heillose Buchmacherei, da der Übersetzer der Urschrift getreu allerlei greuliche Dinge nach der Reihe abhandelt: Stöße vor die Brust, Bruststöße, Haargriffe, Armbrechen, Faustschläge, Gurgelgriffe und Beinschläge. Und diese leib- und lebensgefährliche Mord- und Todschlag-Künste empfiehlt

pfiehlt die Vorede der Jugend „fleißig zu üben und sich eigen zu machen.]

F. J. Stalder Fragmente über Entlebuch. 2 Theile. Zürich bei Orell. Geßner Füßli und Comp. 1797. 1798. [Zweit. Theil Seite 8 u. f. Über die Gymnastik der Entlebucher, beschreibt die hirtenschweizerische Abart des Ringens

Schießen.

Der Gewehr-gerechte Jäger. Stutgard 1762.

Versuch über Gewehrfabriken, die Schießkunst und das Jagdwesen; aus dem Englischen nach der zweiten Ausgabe mit Anmerkungen von Timäus. Leipzig bei Reinecke 1792. (1 Thaler)

J. Ch. Hendel's Archiv für Deutsche Schützengesellschaften ꝛc. 3 Bände, 1802. 1803. Halle bei Hendel (4 Thaler).

J. G. Meyer's vollständiger Unterricht im Scheibenschießen zum allgemeinen Nutzen und Vergnügen. Manheim bei Schwan und Götz, 1805. (12 gr.)

v. Scharnhorst über die Würkung des Feuergewehrs. Berlin bei Nauck, 1813.

The english Bowman, or tracts on Archery, to wich is adedd the second part of the Bowmans glory, by T. Roberts a member of the toxophilite society. London bei Eggerton und Waring, 1801. (3 Thlr. 16 gr.)

Baden und Schwimmen.

W. Gf. Plouquet das Wasserbet; ein Vorschlag zu einer bequemen und sichern Badeanstalt in Flüssen und Bächen. Tübingen bei Cotta. 1798. (2 gr.)

Ebendesselben Beschreibung eines sichern, bequemen und eleganten Schwimmgürtels. Tübingen bei Heerbrandt. 1805. (2 gr.)

Kr. Ant. Zwierlein über die neuesten Badeanstalten in Deutschland auf Flüssen, zur See und an Badeörtern, deren Nutzen, Schaden und Charlatanerien dabei. Frankfurth am Main b. Simon. 1803. (12 gr.)

Dieth. Lavater über den Nutzen und die Gefahren des Badens der Jugend an freien Örtern, nebst Vorschlägen, wie diese letztere zu mindern seien, und einer Anleitung, wie man im Wasser Verunglückte behandeln soll. Zürich bei Ziegler. 1804. (4 gr.)

J. C. Meyer der Rathgeber vor, bei und nach dem Bade ꝛc. Pirna bei Friese. 1805. (12 gr.)

Engelb. Wichelhausen über die Bäder des Alterthums, insonderheit der alten Römer, ihren Verfall und die Nothwendigkeit, sie allgemein wieder einzuführen. Manheim bei Schwan und Götz. 1807. (1 Thlr. 6 gr.)

Über Schwimmschulen Siehe Gesundheitszeitung vom Jahr 1774.

Dronzio de Bernardi's vollständiger Lehrbegriff der Schwimmkunst; aus dem Italiänischen übersetzt von Friedrich Kries. Weimar Industrie Comptoir. 1797. 2 Theile. (2 Thaler.)

J. Ch. F. Guts Muths kleines Lehrbuch der Schwimmkunst zum Selbstunterricht nach den Grundsätzen der neuen Italiänischen Schule des Bernardi und der ältern Deutschen. Weimar Industrie Comptoir 1798. (12 gr.) [Ein sehr brauchbares Buch].

Kopfübern oder Luftspringen.

Trois Dialogues du St. Archange Tuccaro de l'abbruzzo au royaume de Naples. A Paris chez Claude de Monstroeil. 1589. [Die Gespräche werden oft lange Waschreden, halten sich lange bei unnützen Eingängen auf, und überfluthen mit einem unausstehlichen Wortschwall. Die würklichen guten Körner muß man erst mit großer Mühe von der Spreu sondern.]

Fahnenschwenken.

Johann Georg Pasche deutliche Beschreibung unterschiedener Fahnen Lectionen in acht Spiel eingetheilet, nebst dem Pikenspiel, Partisan und halben Piken oder Jägerstock. Hall in Sachsen. 1673. [Französisch und Deutsch].

Spiele.

Danielis Souteri Palamedes, sive de tabula lusoria, alea et variis ludis, libri tres, quorum I. philologicus, II. historicus, III. ethicus seu moralis. Leiden 1622.

Meursius de ludis Græcorum.

Iulius Caesar Bulenger de ludis veterum [im Gron. Thes. VII.]

Fr. A. v. Garsault die Kunst des Ball- und Raquetenmachers und des Ballspiels; aus dem Französischen von Dn. Gf. Schreber. Berlin bei Pauli. 1768. 4. mit Kupfern. (20 gr.)

Guthsmuths Spiele zur Übung und Erholung des Körpers und Geistes, für die Jugend, ihre Erzieher und alle Freunde unschuldiger Jugendfreuden. 3te verbesserte Auflage. Schnepfenthal im Verlage der Buchhandlung der Erziehungsanstalt. 1802. 8.

A. H. . über öffentliche und gemeinschaftliche Vergnügungen der Landleute; ein Versuch, Polizeidirectoren, Menschenfreunden, Obrigkeiten und wahren Volksfreunden zur Prüfung vorgelegt. Altenburg bei Schnuphase. 1804 (9 gr.).

Über Volksspiele und deren Einfluß auf Erweckung und Erhaltung deutscher Kraft und deutschen Sinnes: von Wilhelm Bessel in Quedlinburg. 8.

Tanzen.

(Von Seiten der Gesundheitslehre)

* J. Lipawpsky. 1792 [wahrscheinlich Prag].

G. L. W. Sponitzer das Tanzen in pathologisch-moralischer Hinsicht erwogen. Berlin bei Maurer. 1795. (3 gr.)

* Joh. Evangelist Wetzler über den Einfluß des Tanzens auf die Gesundheit nebst Verhaltungsregeln. Landshut bei Weber. 1801. (2 gr.)

* J. Wendt über den Tanz als Vergnügen und Schädlichkeit, ein Beitrag zur Diätetik. mit 1 Kupf. Breslau bei Schall. 1802. (8 gr.)

Folgende Anzeige von Schriften über das Tanzen ist mit allen Bemerkungen wörtlich aus Vieth (Encyklopädie der Leibesübungen. 2ter Th. S. 452 — 456) genommen.

In das Urtheil eines so würdigen Mannes ist gewiß kein Mistrauen zu setzen. Die mit einem Kreuzlein (†) bezeichneten Schriften hat Vieth nach seiner Angabe (S. 451) zu seiner Abhandlung benutzt.

† * Περὶ ὀρχήσεως: vom Lucian. Amst. 1687. Diese Schrift enthält ein Gespräch zwischen Lucian und Kraton, worin jener diesen von dem Werthe der Tanzkunst überzeugt. Historische Nachrichten, die Tanzkunst der Alten betreffend. Erfordernisse eines guten Pantomimischen Tänzers.

† * Deut-

† * Deutsche Übersetzung in der Sammlung verm. Schr. z. Beförd. d. sch. Wiss. und fr. Künste, 1 B. Berlin bei Nikolai. 1759.

Athenaeus Deipn. L. 1. c. 18.

Apulejus Metom. L. 1. c. 10.

† * Traité historique de la Danse par M. Louis Cahusac. Paris. 1753. 12. 3. P.; eine allerdings schätzbare Abhandlung, worin man jedoch weniger Raisonnement und mehr historische Data wünschen möchte.

† * Deutsch in der Sammlung verm. Schrift. 1 u. f. B.

Jo. Meursii Orchestra s. de saltatione veterum; im 8ten B. S. 1234 des Gronowschen Thesaurus.

* Jo. Bilbergh de Orchestra s. de saltatione veterum. Upsal. 1685.

* Traité de l'origine de la danse, in dem Extraordinaire des Mercure galant. 1680. 10. u. 11. B.

* Deux memoires pour servir à l'histoire de la danse des Anciens par Jean Burette, im 2ten Bande der Memoir. d. l'ac. des Inscriptions.

* Dial. sopra le antiche saltazioni di Pier. Ant. Gaetani im 36ten B. der Raccolta d'Opusc. scient. ed. filol.

* Christ. Heinr. Brömel's Abhandlung v. d. Festtänzen der ersten Christen. Jena. 1704. 4.

* Mussard von den aus dem Heidenthum in die christliche Kirche übergegangenen Gebräuchen. Kap. 5.

(Ich finde dies Buch, wo von den Kirchentänzen Nachricht gegeben wird, ohne Angabe des Druckorts und der Jahrzahl erwähnt.)

* Gust. G. Zeltneri Dissert. de Choreis veter. Hebræor. Alt. 1726. 4.

* Jo. Seb. Rentzii Dissert. de religiosis saltationib. vet. Judæorum. Lips. 1738. 4.

* Essay towards the history of Dancing. Lond. 1712. 12. (Ohne Anzeige d. Verf.)

* Dan. le Roy Ordeelkundige Aanmerkingen over de Dansseryen zu der ouden, as lateren Volkeren. Rotterd. 1722. 8.

* Pierre Bonnet Bourdelot histoire de la danse sacrée et profane, ses progrès, et ses révolutions depuis son origine jusqu'à présent Par. 1724. 12.

* Octav. Ferrarii Dissert. de Mimis et Pantomimis, im 2ten B. von Sallengre's Thes. S. 677 u. f.

* Nic. Calliachii de ludis scenic. Mimor. ac Pantomim. syntagma. ebend. S. 699 u. f.

* John Weaver history of the Mimes and Pantomimes with an historical account of several performers in dancing, living in the times of the Roman Emperors. Lond. 1728. 8.

* Bou-

* Boulanger de Rivery Recherches historiques sur les Mimes et Pantomimes. Par. 1751. 12.

* Claude François Menestrier des ballets anciens et modernes selon les regles du théatre. Paris. 1682. 8. S. auch Act. erud. 1683. S. 238. f.

* l'Abbe du Parc Idée des Spectacles anc. et nouv. Paris. 1668. 12.

* Art of dancing by Gallini. Lond. (ohne Anzeige der Jahrszahl).

* Festin de Pierre Ballet Pantomime composé par Mr. Angiolini et representé à Vienne en Octob. 1761. Diese Beschreibung ist von H. Calzabigi.

* D. Grünenberg disput. An liceat saltare?

* Meletaon von der Nutzbarkeit des Tanzens.

* Berends Tanzkunst. 1713.

* Bonin neueste Art der galanten und theatralischen Tanzkunst 1712.

* Pasche'ns Beschreibung wahrer Tanzkunst, mit einer Vorrede von Borkmann. Leipz. 1713. (Pasche war Tanzmeister in Leipzig im Anfange dieses [vorigen] Jahrhunderts, Borkmann in Zerbst.) (alt 6 gr.)

* Lambranzi theatral. Tanzkunst m. K. 1716. (alt 3 Thlr.)

* Hänsels Tanzkunst. 1755. (alt 6 gr.)

*Foinet Arbeau orchesographie, 1688.

†Feuillet (Maitre de Danse à Paris) Chorégraphie ou l'art d'écrire la danse par caracteres, figures et signes demonstratifs. 2. Ed. 1701.

Deutsch in folgendem Werke:

†*Gottfried Taubert's (Tanzmeister zu Leipzig) rechtschaffener Tanzmeister, oder gründliche Erklärung . . . u. s. w. u. s. w. u. s w. Leipz. 1717. Ein dickes Buch von 1176 Seiten in 4. ohne Vorrede und Register, mit mehr als 50 Kupfertafeln voll choregraphischer Figuren. (alt 2 Thlr.) (Ermüdend weitläuftig, von Gelehrsamkeit strotzend, aber immer eins der vorzüglichern Werke).

*C. Chr. Lange Anfangsgründe zur Tanzkunst. (in der Mappemonde liter. ohne weitere Anzeige erwähnt).

†*Charles Pauli (maitre à danser à l'univ. de Leipsic) Elemens de la Danse. Leipzig 1756. 96 S. 8. (enthält ein kleines Wörterbuch von Benennungen, die in der Tanzkunst vorkommen und manche gute Bemerkungen). (alt 8 gr.)

†*C. J. V. F** Kunst nach der Choregraphie zu tanzen und Tänze zu schreiben. Braunschw. 1767. 56 Seiten. 8. (Ein ziemlich magerer Auszug aus Feuillet).

[C. J. v. Feldtenstein Erweiterungen der Kunst nach der Choregraphie zu tanzen ꝛc. Braunschw. 1772.]

†* Theod. Franzisk. Petersen praktische Einleitung in die Choregraphie oder Tanzzeichnungskunst, nach dem französ. Original (welchem? Feuillet?) nebst 12 engl. Tänzen. Erst. Theil. 1791. Schleswig. 84 S. 8. Angehängt sind die Artikel „Tanz" u. „Tanzkunst" aus Sulzer; ein ganz brauchbares Büchelchen für Liebhaber des gesellschaftlichen Tanzes. Rezensirt Allg. Litt. Zeit. 1793. N. 355.

†* Noverre Lettres sur la danse et sur les ballets. Wien. 1767. 444 S. 8. (Ein Hauptbuch für den, der die höhere Tanzkunst zu seinem Studium macht.)

†* Joh. Georg Sulzer Allgem. Theorie der schönen Künste in alphab. Ordnung. IV Th. Leipzig 1786. u. 87.

I. Theil; Artikel: Allemande. Ausdruck. Ballet. Bewegung. Bourree. Choregraphie. Ciaconne. Courante.

II. Th. Figur. Figuranten. Folie d'Espagne. Forlane. Gavotte. Gesellschaftstänze. Gique. Haltung des Körpers.

III. Th. Loure. Menuet. Musette. Pantomime. Passacaille. Passepied. Pastoral. Polonoise.

IV. Th. Sarabande. Schritt. Stellung. Tanz. Tanzkunst. Tanzstück.

[Neuer Tanz- und Ballkalender für das Jahr 1801. Berlin, bei Johann Friedrich Unger; mit 13 Kupf. (6 gr.). Inhalt: Geschichte der Tanzkunst; Über die Philosophie der Tanzkunst — ein Gespräch; über alte und neue Bälle; über den Tanz, in pathologischer Rücksicht; über Maskaraden; über Seiltänzer; über den Tanz in Anatomischer Rücksicht; über Thiertänze; über den Tanz in pädagogischer Hinsicht; Tanzlieder.] [jetzt bei Schade in Berlin.]

Schwingen.

Joh. Georg Paschen kurze jedoch gründliche Beschreibung des Voltiger. ꝛc. Halle in Sachsen, 1633.

Joh. Andreas Schmidt: gründlich lehrende Fechtschule, nebst einem curiösen Unterricht vom Voltigiren und Ringen ꝛc. Nürnberg, 1749. Quer 8.

* Alexander Doyle Auslegung der Voltagirkunst. Nürnberg, 1729.

Fechten.

* Der alten Fechter anfengliche Kunst. Frankf. (ohne Jahreszahl).

* Fechtkunst, die ritterlich mennliche Kunst und Handarbeit Fechtens und Kempfens. Frankf. 1558.

* Trat-

* Trattato di Scienza d'arme; di M. Cam. Agrippa. in Venet. 1568.

Arte dell'Armi di Achille Marozzo Bolognese. In Venetia appresso Antonio Pinargenti. MDLXVIII. gr. 4.

Die italiſchen Fechtbücher von Jacob Modonense, Guido Antonio und Lucano Bolognese ſind bald nachher geſchrieben.

* Ragione di adoptas sicuramente l'arme, si de offesa, come da difesa. etc. di Giac. di Grassi in Venet. 1570.

* Joach. Meyer gründliche Beſchreibung der freien ritterlichen und adelichen Kunſt des Fechtens u. ſ. w. Straßburg 1570 und Augsb. 1600 und 1660.

* Dell arte di Scrimia Libri III. di M. Giov. dall Agocchie. in Venet. 1572.

* Henr. a Gunterodt de veris principiis artis dimicatoriæ, Witteb. 1579.

* Trattato dello Schermo d'Angelo Vizani dall Montone in Bologna, 1588.

* Paradoxe of Defense wherein is proved the trave grounds of fight to be in the short ancien Weapons and that the short Sward hath advantage of the long Sward, or lang Rapier; by George Silver. Lond. 1599.

Li-

* Libro de las grandezas de la Espada por D. Luys Pacheco de Narvaez en Madrid. 1600.

* Schola, o vero Teatro, nel quale sono rappresentate diverse maniere, e modi, di parare, e diferire di Spada sola et pugnale di Nicolette Giganti in Venet. 1606. ed in Padoua 1628.

* Scienta e practica d'arme di Salvatore Fabris in Copenh. 1606. Deutsch Leipz. 1677.

Scienza e practica d'arme di Salvatore Fabris, deutsch von Joh. Joach. Hymitzschen. Leipzig 1713. bei Joh. Herbord Kloßen [auf jeder Seite ital. und deutsch.] Fol.

Des kunstreichen und weitberümten Fechtmeisters Salvatoris Fabri Italiänische Fechtkunst. Leiden, bei Isack Elzevier. Anno 1619. Fol.

* Ein new künstlich Fechtbuch im Rappier, zum Fechten und Balgen. u. s. w. durch Mich. Hundt. 1611.

* Joach. Koppen newer Diskurs von der rittermäßigen und weitberühmten Kunst des Fechtens u. s. w. 1619.

* Hans Mich. Schöffer von Diez gründliche und eigentliche Beschreibung der freien adelichen und ritterlichen Fechtkunst. Marpurg. 1620.

* Oplomachia di Bonav. Pistofilo nella quale... etc. si tratta par via di Teorica e di Practica

dell

dell maneggio e dell'uso delle armi in Siena 1621.

* Academie de l'Epée ou pratique du maniement des armes par Girard Thibauld. 1628 und 1668.

* Jo. Salgen Kriegsübung u. s. w. . . . den frischanfahenden Fechtern und Soldaten für erst nützlich und nöthig zu wissen. 1637.

* La Scherma di Francesco Jeronimo Alfieri. in Padoua. 1640.

* L'arte di ben maneggiare la Spada di F. J. Alfieri. in Padoua. 1653.

* Kurze jedoch deutliche Beschreibung, handelnd vom Fechten auf den Stoß und Hieb. Halle. 1661.

* Jo. Ge. Trieglers neues künstliches Fechtbuch. Leipzig 1664.

* Fecht- Ring- und Voltagir-Buch Leipz. 1673.

* Jo. Ge. Bruchii grondige Beschryvinge van de edele en de ridderlyke Scherm-ofte Wapen-Konste. tot Amsterdam. 1676.

* Der künstliche Fechter, oder Theodori Verolini Beschreibung des Fechtens im Rappier, Dusacken und Schwerdt. Würzburg. 1679.

Der Adelichen Gemüther Wohlerfahrne Exercitien Meister das ist: vollständige Fecht-, Ring- und Voul-

te-

tesier-Kunst. von Joh. Georg Paschen. Frankf. und Leipz. bei Kristian Weidemannen, 1683. Fol.

* Le Maitre d'Armes, ou l'exercice de l'Epée seule, dans sa perfection, par le Sieur de Liancour à Paris et à Amsterd. 1692.

* Alexander Doyle Neu altmodische ritterliche Fecht- und Schirmkunst. Nürnb. und Frkf. 1715.

Anton Friedrich Kahn, Oberfechtmeister zu Helmstädt [erst zu Göttingen, Schüler des Kreusler in Jena] Anfangsgründe der Fechtkunst. Göttingen 1739. 4.

Neue Ausgabe, Helmstädt 1761. 4.

L'academie de l'homme d'epée etc. par Ms. Girard. A. la Haye. 1740 und 1755. Quer Fol.

Jo. Andreas Schmidt gründlich lehrende Fechtschule, oder leichte Anweisung auf Stoß und Hieb sicher zu fechten, nebst einem curieusen Unterricht vom Voltigiren und Ringen, mit viel saubern dazu dienlichen Kupfern versehen. Nürnb. 1749. Quer 8. [s. Schwingen.]

L'école des armes par Angelo à Londres. 1758. Quer Fol.

* Übungen auf dem fürstl. Sächsischen Hoffechtboden zu Weimar. Verb. und verm. Auflage. Weimar, 1764. 8. [v. Hauptm. S. C. F. Weischner.]

* Weisch-

* Weischner ritterliche Geschicklichkeit im Fechten. Weim. 1766.

* Traité de l'art des Armes, par de la Boissiere. Paris 1766.

Gme Danet L'art des armes, ou la maniere la plus certaine de se servir utilement de l'Epée; à Paris chez Herissant. 1766. 2 Theile.

Heinr. Christoph Ranis Anweisung zur Fechtkunst. Berlin bei Mylius, 1771.

* Theorie pratique de l'escrim pour la pointe seule, avec des Remarques instructives pour l'assant par Battier. 12. Paris. 1772.

* The Fencers Guide, by Lonnergan. 8. London 1772.

* Maximes et Instructions sur l'art de tirer des armes, par le Chev. de Treville. 8. Petersbourg 1775.

* Temlich's Anfangsgründe der Fechtkunst. 8. Halle 1776.

* Vester's Anleitung zur adelichen Fechtkunst. 8. Breslau 1777.

* Nouveau Traité de l'art des armes, dans le quel on établit les principes certains de cet art et ou l'on enseigne les moyens les plus simples de les mettre en pratique, par Demeuse. 12. Liege 1778.

Treatise on the theory and practice of Fencing, by M. Arthur. 4. London 1781.

Joh. Georg Heinrich Haspelmacher's systematische Abhandlung von den schädlichen Folgen einer nicht auf sichern Regeln gegründeten Fechtkunst, nebst einer Anweisung, wie man solche vermeiden kann. Helmstädt bei Joh. Heinr. Kühnlin. 1783.

Flüchtige Bemerkungen über die verschiedene Art zu fechten einiger Universitäten von einem fleißigen Beobachter, Halle 1791.

Gründliche Abhandlung der Fechtkunst auf den Hieb zu Fuß und zu Pferde mit Kupf. v. Karl Timlich. Wien, 1796. 4.

Schmidts Lehrschule der Fechtkunst. 1 Theil, oder Lehrbuch für die Cavallerie zum vortheilhaften Gebrauch des Säbels. 4. Berlin 1797.

Die Fechtkunst auf Universitäten mit Kupf. 8. Köthen bei Aue.

Art of Defense on foot with the broad Sword and sabre, uniting the Scotch and Austrians methods into one regular System, to which are added Remarks on the spadroon. 8. London 1798.

Gründliche und vollständige Anweisung in der Deutschen Fechtkunst auf Stoß und Hieb aus ihren innersten Geheimnissen wissenschaftlich erläutert u. s. w. mit Kupf.

Kupf. Jena in Wolfgang Stahl's Buchhandlung. 1798. (v. Roux.)

Gründriß der Fechtkunst als gymnastische Übung betrachtet. v. Joh. Adolf Karl Roux. Jena 1798. 8.

Theoretisch praktische Anweisung über das Hiebfechten v. Joh. Adolf Karl Roux. Furth. 1803. 8.

Anleitung zur Fechtkunst von Dr. Joh. Wilh. Roux. Erstes Bändchen, die Anleitung zum Stoß enthaltend; mit 10 Kupf. Jena 1808. 4.

Die Fechtkunst auf Stoß und Hieb von Venturini. Braunschweig 1802.

Abhandlung der Fechtkunst auf den Stoß, mit chorographischen Kupfertafeln von Ch. C. Timlich. Wien 1807. 12.

Turnkunde.

Vieth (Encyclopædie der Leibesübungen) handelt im 1sten Theil nur von einer allgemeinen Turnkunde. Aus den seitdem (1794) in Deutschland erschienenen oder ins Deutsche übersetzten Reisebeschreibungen und andern Schriften zur Länder- und Völkerkunde ist nun Manches nachzutragen.

Christ. Gottlob Haltaus Jahrzeitbuch der Deutschen des Mittelalters ꝛc. In einer freien Übersetzung mit vielen Zusätzen und Berichtigungen aus den ältern und neuern Zeiten dargestellt. Erlangen

bei

bei Joh. Jacob Palm. 1797. (1 Thlr. 8 gr.). [Hier findet sich viel von eingegangenen und aufgehobenen Jugend- und Volksfesten.]

Kinder- und Knabenfeste waren sonst sehr häufig. Joh. Guil. Stuckii Antiquitatum couvivialium Lib. III. Amsterdam, 1695; erzählt Lib. I. Cap. XVII, daß zu seiner Zeit die Baseler Jugend am Georgstag mit kriegrischem Spiel zum Thor hinaus auf ein raumes und lustiges Feld zog, und dort einige Stunden lang um ausgesetzte Preise im Laufen, Ringen, Schießen und andern Übungen wetturnte. Gleichfalls versammelte sich die Züricher Jugend von sämmtlichen Schulen sammt ihren Lehrern alle Sommer ein Mal auf einer Aue unter Trommel- und Pfeifen-Klang, hielt erst ein fröhliches Turnspiel, und dann zusammen ein Mahl. Milch und Brot waren hier die Hauptgerichte. Deshalb hieß dies Jugendfest: In die Milch ziehen. Damals hatte die Berner Jugend ein Fest, was Tischlintag genannt wurde. — Zu Salzwedel in der Altmark hielten noch in den 90. Jahren die Schüler aus den obern Ordnungen von der dortigen gelehrten Schule allsommerlich eine Waldfahrt nach dem Ferchauer Eichenwalde. Nachher soll es in ein Kneiplaufen zum Hannöverischen Städtchen Wustrow verziert bengelt sein. — In Hamburg

nach

nach Richey (Idioticon, Hamburg. 1743.): In't Grön gahn (ins Grün gehn), das Sommerfest der Schulkinder, da ihnen ein gewisser Tag zu ihrer Erlustigung im Grünen festgesetzt wird.

Graal, laute Fröhlichkeit und freudiges Getümmel, hieß sonst ein Fest, was nach Rethmeier Braunschweigischer Kirchenchronik all sieben Jahr vor der Stadt Braunschweig auf dem Lindenberg gefeiert wurde. Pomarius Magdeburgische Chronik beschreibt unter dem 25ten Erzbischof einen Turniergraal. Siehe Frisch Wörterbuch unter Gral. Dem ähnlich heißt in manchen Städten, namentlich in Mecklenburgisch Friedland, Mahl und Tanz nach dem Königsschießen Königs Häge (Hag, Behagen).

Bei Wittenberg auf der Bleserschen Wiese ward sonst nach der Heuärnte ein großes Wettrennen gehalten, wo auch flinke aufgeschürzte Dirnen um den Preis liefen.

Fischerstechen bei Krölwitz auf der Saale, dem Giebichenstein gegenüber.

Mastklettern noch sehr im Gange, auch in Schönfeld bei Leipzig.

Wettreiten, sonst sehr üblich auf dem Lande im Brandenburgischen. Der letzte heißt Nestling

 und

und wird in weidene Gerten eingeflochten, auf den Hof seines Herrn gebracht.

Wettreiten und Schlagen mit einem Prügel nach einer hochhangenden Tonne, die mit Steinen gefüllt ist — im Brandenburgischen und Pommern. Sehr gewöhnlich in den Zeiten von Derflinger, Seidlitz und Ziethen.

Wettläuten, besonders eine Art das Beiern beim Einläuten der Feste, im Brandenburgischen.

Ball geben im Magdeburgischen, auch im Brandenburgischen, ein alter Brauch. Siehe deutsche Monatsschrift, 1794 und Campens Verdeutschungswörterbuch unter Ball.

Tummelhaus, jetzt Tollhaus zu Sorau in der Niederlausitz.

Quäste zu Quästenberg im Harz an der goldenen Aue, eine Stunde von Bennungen, sonst alle Jahre, jetzt aus leidiger Knikkerei nur ein Jahr ums andere am dritten Pfingsttage. Die Jünglinge des Dorfs dürfen sich nach uraltem Recht die größeste Eiche im Forst aussuchen und abhauen. Diesen Baum bringen sie nun durch Walzen, Ziehen und Heben der bloßen Hände, ohne Hebebäume und Seile den höchsten Berg hinan, der die alten Burgtrümmer überhöht. Auf der Berges Spitze wird der Baum aufgerichtet, an einem Querholz ein gro-

ßer

ßer Kranz von grünen Zweigen (Quäste) daran aufgehangen. Dann wird einige Mal um den Baum getanzt, und im feierlichen Zuge mit klingendem Spiele zum Prediger hinabgezogen, der darauf in der Kirche eine Predigt hält. Nachher bis tief in die Nacht Tanz, Gesang und Gelag. Siehe: Reise durch den Harz und die Hessischen Lande, besonders in Hinsicht auf Naturschönheiten, Anbau und Alterthümer. Braunschweig 1797. (20 gr.). Volkssagen vom Harz nacherzählt von Ottmar [Nachtigall]. Bremen [jetzt Frankfurth am Main] bei Willmans. Friedrich Gottschalk Taschenbuch für Reisende in den Harz.

Turnkunst der Dithmarsen. Siehe Dithmarsische Chronik ꝛc. durch M. Ant. Heinrich Walthern. Schleßwig. gedruckt durch Johan Holwein, 1683. — „Im „Jahr 1533 ist zu Büsen Dirk Dammers im „103ten Jahr seines Alters gestorben, welcher zu „seiner Zeit der stärkste in Dithmarsen gewesen; der „zum Süderdiek 16 Tonnen Weizen für sich auf „die Hände genommen, und auf den Boden gewor„fen, und damit denselben gewonnen —; der in „Städten und Ländern den Stein und Baum „acht Fuß höher und weiter werfen konnte als „alle andere, und der eines mal dem Lande große „Ehre eingelegt, als die Bevollmächtigten des Län„des mit dem Fürsten von Hollstein auf dem Kuck„wall

„wall einen Tag gehalten, und er nach vollendeter „Handlung einen sehr starken Mann, der sich sonderlich seiner Stärke gerühmet, und auf den die „Holsten fest getrotzet, hat im Ringen überwunden „und ihn über das Mal oder Ziel mit zwei Fingern „gezogen, weil dem Volke gemeiniglich zwei Finger „krumm in der Hand liegen, und als der Holste gesagt: „Gieb mir die ganze Hand" hat er geantwortet: „Neen, du bist so fahrlik; rit'st du „mi twe Finger ut, so will ik noch twe behol„den, dar ik Kohl mit eten kann." [Nein, Du bist so gefährlich; reißest Du mir zwei Finger aus, so will ich noch zwei behalten, daß ich Kohl damit essen kann.] „Und weil beide Theile, ein jeder bei „seinem Mann, drei Ahmen aufgesetzet, als sein „dieselben ausgetrunken, und von den Holsten gezahlet worden."

„Kale Mertens Johann ist so stark gewesen, daß er den Notarium Johann Bolt, welcher „ein dicker und starker Mann gewesen, auf die Hand „genommen, und von der Erden auf den Tisch gesetzet — dergleichen er auch gethan bei Lange Johann von Barlte, dem allerlängsten in Dithmarschen. Er hat zwei Tonnen Hamburger Bier in „beide Hände nehmen und tragen können, hat auch „dritthalb Tonnen Bier zugleich können tragen, der-

glei-

„gleichen noch Peter Block zu Hersebull im Nord-
„strande weiland thun können. Er hat es in Ham-
„burg allen im Baumschießen und Steinwer-
„fen vorgethan, hat eine leere Tonne über Süwels
„Bartels Haus geworfen. In seinem Alter hat er
„eine Tonne Salz zwischen beiden Händen aufge-
„richtet, dieselbe auf einer Hand im Hause herum-
„getragen, und beim Feuer niedergesetzet — hat
„auch kurz vor seinem Ende einen Stein auf dem
„Kirchhofe, daran vier starke Männer mit Bäumen
„gearbeitet, aus einer Kuhlen gehoben. Sonst ist er
„ein frommer Mann gewesen, der M Henning Müh-
„len in seinen Letzten bekannt, daß er seine Tage
„nichts zu heben vorgenommen, so ihm gefehlet
„hätte. Den 9ten Februar 1578 ist er gestorben."

Reigen und Tänze der alten Dithmarsen. Siehe Diethens Beschreibung und Geschichte des Landes Dithmarschen. Hamburg 1733. 4. — Seite 107 wird hier etwas Oberflächliches über die Dithmarsischen Tänze und Tanzlieder gemeldet, und dann folgen vier Lieder in Sassischer Mundart, die man gewöhnlich ganz unrichtig Plattdeutsch nennt.

Beiträge zur Gymnastik der Schweizer giebt Stalder in den Fragmenten über Entlebuch. Zweit. Th. Seite 183 — 354.

Über die Volksvergnügungen in Pommern,

von

von Friedrich Rühs, in der Zeitschrift: Eurynome und Nemesis; Stettin 1806 — 1807 — 1808.

Fechtergesellschaften gab es sonst in Deutschland zwei uralte von Kaisern bestätigt eund bevorrechtete: die Gesellschaft von St. Marcus von Löwenberg, und die Gesellschaft der Freifechter von der Feder von Greifenfels. Jene hatten den heiligen Markus, diese den heilgen Veit zum Schutzheiligen. Der ersten Hauptmann war nebst der Lade und den Urkunden in Frankfurth am Main, der andern aber nebst Lade und Urkunden in Prag. Der Oberhauptmann beider Gesellschaften war beständig im Kaiserlichen Hoflager, als ihr Vertreter und Anwalt. Die Mitglieder beider Gesellschaften führten durchgehends gleiche Waffen, mußten das Ringen und Schwingen verstehen, hielten gleichen Fechtbrauch und hatten gleiche Fecht- und Ringgesetze, wonach Augenstoß, Bein- und Armbruch und Schäftstoß d. h. nach dem männlichen Gliede verboten war. Wer sich nicht in die Gesetze und den Brauch fügte, auch nicht mit reinen Stößen und Schlägen nach redlicher Fechter Weise umging, ward nicht für tüchtig und zunftmäßig geachtet, sondern als ein grausamer und tückischer Lux (Luchs von lugen) angesehen und Luxbruder (wälsch Naturalist) genannt. Ein Luxbruder konnte in keiner

Fech-

Fechtergesellschaft Gesell und Meister werden, durfte keine Fechtschule halten oder andere Übungen als Lehrmeister treiben; doch gestatteten beide Gesellschaften, daß sich Luxbrüder mit ihnen auf Hieb und Stoß schlugen. Wer Meister werden wollte, wurde in öffentlicher und freier Fechtschul den anwesenden Brüdern vorgestellt, die ihn dann in allen ritterlichen Gewehren, von der kürzesten zur längsten und von der längsten bis zur kürzesten Wehre nach ihrer besten Kunst und ihrem besten Vermögen probten und versuchten. Wenn er sich dann ehrlich und wehrlich, redlich und männlich gegen seine Gegner gehalten und ihnen auch aus allen ritterlichen Gewehren der Kunst gemäß genug gethan, so wurden sie vom Hauptmann gefragt: ob sie den gegenwärtigen — — für einen ehrlichen Meister des Schwerts erkennen wollten? Antworteten sie sämmtlich Ja — so wurde der ehrenfeste und mannhafte — — weil er die ritterliche und adeliche Kunst des Fechtens aufrichtig und ehrlich erlernt, und um seiner wohlbestandenen Fechtkunst Willen, woran jedermännlich Wohlgefallen gehabt und getragen zu einem angelobigen Meister des Schwerts geschlagen. Zuvor mußte er aber mit einen Eid angeloben und schwören: allen Gesetzen, so sich bei der Meister

des

des Schwerts Freiheit befinden, treu und ehrlich nachzukommen, und denselben nicht widersetzen oder widerstreiten, noch viel weniger einem andern Anlaß dazu geben. Solcher Meister konnte laut kaiserlicher Bevorrechtung den Degen an der Seite und die Feder auf dem Hute tragen, ritterliche Übungen gleich den Adelichen treiben, auch zu Pferde turniren, aller Orten unter Erlaubniß der Orts Obrigkeit Fechtschulen halten, und ihre Geschicklichkeit öffentlich sehen lassen.

Die Gesellschaft der Markusbrüder war die älteste, die der Freifechter wurde die am meisten verbreitete. Gemeiniglich waren den Freifechtern zugethan: Drathzieher, Drechsler, Färber, Feuermauerkehrer, Gürtler, Hutmacher, Klipper oder Klämpner, Messerschmiede, Nadler, Schlosser, Schneider, Schuhmacher, Seiler, Uhrmacher, Windenmacher und Zinngießer. Marcusbrüder hingegen waren mehr: Bäcker, Feilenhauer, Hammerschmiede, Kirschner, Posementirer, Rothgießer, Schellenmacher, Sägenschmiede und Tuchmacher.

Beide Gesellschaften hielten sehr auf Ehre, Zucht, Sitte, Treu und Glauben. Wer dawider frevelte, wider Verbot mörderlich Gewehr brauchte, oder damit verletzte; muthwillig Schulden machte und nicht

be-

bezahlte; überhaupt etwas beging, was ihm und der ganzen Gesellschaft zu Schimpf und Schande gereichte: — der wurde für einen untüchtigen Meister erkannt. Ihm wurde das Schwert öffentlich gelegt, und er so aus der Rolle einer löblichen Zunft ausgelöschet und getilget. Siehe Gottfried Rudolph Pommer's eigentl. Bugenhagen Sammlung historischer und geographischer Merkwürdigkeiten, nach des Verfassers Tode herausgegeben von Abraham Gotthelf Kästner. Altenburg bei Richter, 1752. Hier steht ein Meisterbrief eines Fechters von St. Marco und Löwenberg ertheilt: Danzig den 22sten Junius 1682; ferner ein Lehrbrief eines Freyfechters: Mainz den 27sten Januar 1719 — und noch einer: Prag den 15ten Junius 1735.

In Augsburg hatte Burgemeister und Rath die Ordnung der Fechtschulen dieser Gesellschaften in den Jahren 1568, 1596 und 1611 bestätiget. Sie hielten ihre Schulen für gewöhnlich im Tanzhaus. Als dieses 1632 abbrannte, gab Konrad Bodenehr Bürger und Methsieder 1637 Hof und Stadel dazu her. Bodenehr ließ 1651 den Stadel zu einer Schaubühne einrichten, aber 1661 verkaufte er Gebäude, Schaubühne und Fechtschule zugleich mit der erlangten Gerechtigkeit an das ältere Almosen (Armenpflegamt), wobei aber die Fechterübungen fortdauerten. Die Fechtschule wurde baufällig und im Jahr 1776 bei Erbauung eines neuen

Schau-

Schauspielhauses gänzlich abgetragen. Der Turnfeind und allen männlichen Leibesübungen abholde Paul von Stetten der jüngere, in seiner Kunst- Gewerb- und Handwerksgeschichte der Reichsstadt Augsburg (Augsburg 1779), kann darüber seine Freude nicht bergen.

Über die Fechtschulen in Nürnberg meldet [Will's] Historischdiplomatisches Magazin für das Vaterland. Nürnberg 1780 — 1782 (2ter Band S. 513): „Wenn „die Fechtschulen zu Nürnberg aufgekommen, ist so genau „nicht zu sagen. Über das 16te Jahrhundert gehen „sie wohl nicht hinaus. Aber in der ersten Hälfte des„selben zwischen 1500 und 1550 sind sie gewiß schon „gehalten worden. 1561 sind sie wieder erlaubet und „die erste Endreßen Stengel, einem Schuhmacher, ver„williget worden, nachdem man 10 Jahre vorher und „seit dem Markgräfischen Krieg keine Fechtschule zu „Nürnberg gesehen. Sie sind auf dem Egidier Hof, „im Heilsbrunner Hof und in Gasthöfen gehalten wor„den, bis man endlich 1628 das Fechthaus erbauet, „welches noch stehet und vornehmlich zu diesem, so wie „nachgehends zu allen andern Spectakeln gebraucht „wurde. Was sich in den Müllnerischen Annalen und „sonst findet, ist außer dem bereits angezeigten folgen„des. 1576 wurde eine Fechtschule auf St. Egidien „Hof gehalten. 1582 hat ein berühmter Meister des „langen Schwerts, Melchior von Hahn genannt, seines

Hand-

„Handwerks ein Kürschner zu Nürnberg, Fechtschule „gehalten, zu welcher unversehens etliche Sächsische „Trabanten gekommen, die ihm zwar heftig zugesetzet, „ihn aber doch nicht haben verletzen können. Es war „dies eine sehr tapfere Fechtschule, dergleichen in vielen „Jahren zu Nürnberg nicht gesehen worden. 1585 sind „die Fechtschulen wegen Sterbeläufte verboten, und „1593 wieder eine auf dem Egidier Hof gehalten wor„den. 1691 den 20ten Jul. sind die Fechtschulen durch „ein Mandat verboten worden, weis aber nicht aus „welcher Ursache. Denn sie dauerten doch noch, und „erinnere ich mich, daß sich in der ersten Hälfte des „gegenwärtigen Jahrhunderts noch Klopf- und Feder„fechter im Fechthause haben sehen lassen.“

Neben diesen Fechtergesellschaften aus dem Bürger- und Handwerker-Stunde blühte die Fechtkunst auf hohen Schulen. Hier wurde leider aus nichtiger Vornehmthuerei, und um den Götzen des Franzosenthums zu fröhnen, die Kunstsprache verfälscht und verwälscht. Ausländische Brocken und Flicken verlappten das Ganze, bis es als etwas Entlehntes aussah; Kreusler, Vater und Sohn, haben wenigstens die Deutsche Fechtkunst auf den Stoß in der Werkthätigkeit erhalten. Ihre Schüler haben in allen Landen das Übergewicht der Deutschen Fechtkunst herrlich gewiesen, und durch sie so obgesiegt, daß einst in Paris keiner als Fechtmeister

be-

bestallt wurde, er habe denn zuvor mit einem dort leben-den Deutschen, einem Schüler von Kreusler, einige Gänge gemacht, und ihn zu bestehen gewagt. Das ganze 17te Jahrhundert hatte Deutschland die ersten Fechtmeister, unter denen Heinrich von und zum Velde einer der hochberühmtesten. Er war 1585 auf der Insel Rügen geboren, und starb 1662 zu Leipzig, des Stifts St. Petri Pauli zu Magdeburg Senior. Einer seiner Schüler war Joh. Joachim Heynitzsch aus Nordhausen, 1713 noch Fechtmeister zu Leipzig. Ein Zeit-, Kunst- und Ruhmgenosse von ihm war Hans Wulf von Mulßheim in Straßburg, dessen Schüler sich in alle Lande mit Lob ausbreiteten. Aber sie reich-ten alle nicht an Kreusler. Einst kam er unerkannt nach Dresden, und ging als Fremder auf den Fecht-saal der Edelknaben, wo ihn König August der Starke aufforderte mit ihm zu fechten. Aber gleich nach dem ersten Gange warf der König hoch erfreut den Fechtel fort, und grüßte ihn: Du bist Kreusler oder der Teufel.“ Von allen diesen Dingen scheint Joh. Gottfried Hoyer nichts gewußt zu haben. Unmög-lich hätte er sonst in seiner Geschichte der Kriegskunst. Göttingen 1799 (2ten B. S. 104) vom Fechten schrei-ben können: „weniger Geschmack hingegen fand der „Deutsche an einer Leibesübung, die eine viel größere „Beweglichkeit des Körpers erforderte, als ihm zu erlan-

„gen möglich war. Hier blieb die Fechtkunst ein aus-
„schließliches Vorrecht der Officiere und des Adels,
„der auf den [Ritter-] Academien und in den Ca-
„detten-Häusern darin [nur nach Französischer Art]
„unterwiesen ward, und bei dem sie sich bekanntlich bis
„auf unsere Zeiten [so nothdürftig] erhalten hat.“ [daß
bis auf den Aufruf des Königs von Preußen im Jahr 1813
sich keiner vom Wehrstande mit Mitgliedern hoher Schulen
gern auf die Klinge schlug, sondern weit lieber schoß.]

Merkwürdig bleibt es, daß ein altdeutsches Wort, nämlich Schirm, was bei Ottfried Scirmu, bei Notker Skerm, im Nibelungenliede Scherm lautet, wo es an allen drei Orten den Schild bedeutet, mit Schirmen oder sich schilden, decken, schützen. vertheidigen in Römische Tochtersprachen übergegangen ist. Im Italischen: Schermo, Scherma, schermare, scrimiare, schermire, für Schild, Fechtkunst, fechten. Im Französischen: Escrime, escrimer, escrimeur für Fechtkunst, fechten und Fechter. Auch ins Slawische hat sich die Deutsche Wurzel verbreitet z. B. im Böhmischen ist Shermyr Fechter und Kämpfer. In den Deutschen Geschwistersprachen hat das Urwort Verwandte Scherm-School im Niederländischen Fechtschule. Im Englischen Skirmish Gefecht, Streit, Schlägerei, und Skirmish im Handgemenge streiten, wie unser scharmützeln. Im Schwedischen Skärma, früher Skirma fechten.

II. Erklärung von dem Plane eines Turnplatzes auf Platte I.

I. 10 F. breiter Raum zur Umgränzung (mit Schranken, Bäumen, Hecken u. s. w.).

II. Einfahrt und Eingang, 15 F. breit.

III. Gänge, theils 5 F., theils 10 F. breit.

IV. die Rennbahn, 400 F. lang, 30 F. breit.

a. Stand.

b. Ziel.

V. die Schlängelbahn, in einem Platz von 70 F. Länge und 30 F. Breite.

VI. in einem Platz von 80 F. L. und 40 F. Br:

a. Stabspringel.

b. Freispringel.

VII. in einem Platz von 90 F. L., und 40 F. Br:

a. Großer } Springgraben.
b. Kleiner }

c. Vorrichtung zum Tiefensprung.

VIII. Schwingplatz, v. 240 F. L. und 40 F. Br.

a. Schwingel ohne
b. Schwingel mit } Pauschen.

IX. Schwebeplatz, v. 80 F. L. und 30 F. Br.

a. Großer
b. Kleiner } Schwebebaum.

c. Liegebaum.

X. Reckplatz, v. 200 F. L. und 30 F. Br.

XI. Barrenplatz, v. 120 F. L. und 30 F. Br.

XII. Kletterplatz, v. 135 F. L. und 40 F. Br.

a. Klettermaste.

b. Zweibaum.

c. Einbaum.

d. Vierbaum.

e. Klimmel.

f. Hangelreck.

XIII. Platz von 230 F. L. und 40 F. Br.

a. Gerwurfbahn.

b. Ziehbahn.

XIV. Platz zum Schocken v. 130. F. L. und 60 F. Br.

a. Ziel der Schockbahn.

b. Schott (Kugelfang).

c. Kleiner Wall.

XV. Stoßbahn, v. 40 F. L. und 30 F. Br.

a. Stand.

b. Kleiner Wall.

XVI. Platz zu den Seilübungen, von 60 F. L. und 60 F. Br:

a. a. Plätze zum langen Schwungseil, jeder 30 F. L. und 30 F. Br.

b. Platz zum kurzen Seil, 60 F. L. und 30 F. Br.

XVII. Ringplatz, v. 60. F. L. und 60 F. Br.

XVIII. Vorübungsplatz, v. 60 F. L. und 40 F. Br.

XIX. Spielplatz v. 120 F. L. und 120 F. Br.

a. a. die Male.

XX. Platz von 150 F. L. und 50 F. Br:

a. der Tie (50 F. l. und 50 F. breit);

⊙ Dingstatt (Rechteck von 12 Fuß);

b. der Schuppen (40 F. l. und 20 F. tief.)

c. Kleidergestelle.

: : : : : : bezeichnet die Anläufe.

MUNCHEN

2 R

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Jahn, Friedrich Ludwig,

Die deutsche Turnkunst

Berlin 1816
Gymn. 37 m
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10431619-7